|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **16 апреля 2024 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 10,5 часов** | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-** **ник** **реце-** **птур** | **№** **техн.** **карты** | **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | **Энерге-** **тическая** **цен-** **ность,** **ккал** | **Вита-** **мин С,** **мг** |
| **Белки, г** | | **Жиры, г** | | | **Угле-** **воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 414 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | | | | 200 | | 9,9 | | 10,9 | | | 39,8 | 298 | 0,9 |
| (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок) | | | |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 42 | | 2,7 | | 5,1 | | | 18,3 | 131 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,9 | | 4,2 | | | 17,7 | 128 | 0,9 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток) | | | |
| **Итого** | | | | | | **440** | | **17,5** | | **20,2** | | | **75,8** | **557** | **1,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | | 100 | |  | |  | | | 7,3 | 30 | 0,6 |
| (яблоки, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **7,3** | **30** | **0,6** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 118 | ЩИ ВЕГЕТАРИАНСКИЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ | | | | 250 | | 4,9 | | 4,3 | | | 13,5 | 114 | 14,6 |
| (лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, капуста белокочанная, томатная паста) | | | |
| 2012 | 315 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | | | | 100 | | 9,1 | | 3,9 | | | 19,7 | 152 | 0,5 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный, лук репчатый, морковь) | | | |
| 2012 | 277 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА КУРИНОЙ ГРУДКИ | | | | 70 | | 11,1 | | 13,4 | | | 5,4 | 185 | 0,7 |
| (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 38 | | 2,5 | | 0,3 | | | 16,1 | 78 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **673** | | **27,6** | | **21,9** | | | **69,3** | **587** | **15,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | РУЛЕТ С КУРАГОЙ | | | | 70 | | 5,2 | | 6,5 | | | 40,3 | 241 | 0,2 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, сушеные абрикосы без косточки (курага)) | | | |
| 2008 |  | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0,1 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **260** | | **5,4** | | **6,5** | | | **55,3** | **302** | **0,3** |
| **Всего** | | | | | | | | **50,5** | | **48,6** | | | **207,7** | **1476** | **18,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.