|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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, молокопастер. 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.мукавысш.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, томатнаяпаста) |
| 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 мукавысш.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 подсолнечноерафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.),мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, сушеные абрикосыбез 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.