|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **1 октября 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 | 416 | КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ | 200 | 6,6 | 8,8 | 31,2 | 233 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, крупа рисовая) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | 55 | 4,6 | 8,7 | 20,7 | 180 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, маслосладко-сливочное несоленое, сыр российский) |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 5,1 | 4,4 | 21,4 | 147 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток) |
| **Итого** | **455** | **16,3** | **21,9** | **73,3** | **560** | **1,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | БАНАН | 35 | 0,5 | 0,2 | 7,4 | 34 | 3,5 |
| (банан) |
| **Итого** | **35** | **0,5** | **0,2** | **7,4** | **34** | **3,5** |
| **Обед** |
| к/к | к/к | САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ | 50 | 0,8 | 3,9 | 4,5 | 57 | 2,1 |
| (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, свекла) |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 7,8 | 3,5 | 16,3 | 129 | 6,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочноенесоленое, пшено, рыбн.консервы в масле.сайра бланширован.) |
| 2012 | 291 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНННЫЙ С МЯСОМ КУР | 180 | 14,9 | 16,4 | 25,3 | 309 | 13,2 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый,морковь, куры потрош. 1 категории) |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 15,5 | 62 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **720** | **26,1** | **24,2** | **78,6** | **639** | **21,5** |
| **Полдник** |
| 2008 | 74 | КОСИЧКА С САХАРОМ | 65 | 5,3 | 6,8 | 37,5 | 233 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечноерафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.),мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок, дрожжи) |
| 2008 | 430 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,2 | 4,5 | 18,1 | 135 | 0,9 |
| (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) |
| **Итого** | **265** | **10,5** | **11,3** | **55,6** | **368** | **1** |
| **Всего** | **53,4** | **57,6** | **214,9** | **1601** | **27,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.