|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В../ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **3 сентября 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 | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ | 200 | 2,9 | 5,1 | 17,4 | 128 | 0,2 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, макаронные изделия высш.сорт) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 43 | 3,2 | 1,2 | 22,1 | 113 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, маслосладко-сливочное несоленое) |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 5,2 | 4,4 | 21,3 | 147 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **443** | **11,3** | **10,7** | **60,8** | **388** | **1,1** |
| **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 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 25 | 0,2 |  | 0,4 | 3 | 1,3 |
| (огурцы соленые) |
| 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 | 160 | 13,3 | 14,6 | 22,4 | 275 | 11,8 |
| (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 | 37 | 2,4 | 0,3 | 15,7 | 75 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **672** | **23,7** | **18,4** | **70,3** | **544** | **19,3** |
| **Полдник** |
| 2008 | 74 | БУЛКА С ПОВИДЛОМ | 67 | 2,8 | 1,1 | 37,4 | 170 | 0,1 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, повидло) |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15,1 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) |
| **Итого** | **267** | **3** | **1,1** | **52,5** | **231** | **0,1** |
| **Всего** | **38,5** | **30,4** | **191** | **1197** | **24** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.