|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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, масло сладко-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-сливочное несоленое, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.