|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **4 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША МОЛОЧНАЯ "БОЯРСКАЯ" | | | | 200 | | 9 | | 11 | | | 37,5 | 287 | 1 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, пшено, сахар песок, виноград сушеный (изюм)) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 48 | | 3,1 | | 6,4 | | | 20,3 | 151 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,2 | | 4,6 | | | 21 | 147 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, какао-порошок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **448** | | **17,3** | | **22** | | | **78,8** | **585** | **1,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 100 | |  | |  | | | 6,8 | 27 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **6,8** | **27** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 4,6 | | 4,4 | | | 14,3 | 117 | 5,9 |
| (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, морковь, крупа перловая) | | | |
| 2008 | 146 | ЗРАЗА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУР | | | | 170 | | 14,2 | | 15,1 | | | 20,9 | 276 | 11 |
| (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2012 | 355 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 0,8 | | 2 | | | 4,7 | 41 | 1 |
| (мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 43 | | 2,8 | | 0,4 | | | 18,2 | 88 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **693** | | **22,4** | | **21,9** | | | **81,4** | **615** | **17,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ГРЕНКА С СЫРОМ | | | | 65 | | 7,1 | | 8,8 | | | 26,4 | 212 | 0,1 |
| (масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, сыр российский, яйца куриные (шт.), сахар песок, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **265** | | **7,3** | | **8,8** | | | **41,4** | **273** | **0,1** |
| **Всего** | | | | | | | | **47** | | **52,7** | | | **208,4** | **1500** | **19,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.