|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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-сливочноенесоленое, 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, курыпотрош. 1 категории, яйца куриные (шт.)) |
| 2012 | 355 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | 0,8 | 2 | 4,7 | 41 | 1 |
| (мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, масло подсолнечноерафинированое, 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, хлебпшеничн.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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.