|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **4 декабря 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 | 224 | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ | | | | 200 | | 20,9 | | 15,8 | | | 33,9 | 364 | 0,6 |
| (масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), крупа манная, сахар песок) | | | |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 56 | | 5,2 | | 10,9 | | | 21,7 | 207 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,3 | | 4,6 | | | 17,5 | 134 | 0,9 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **456** | | **31,4** | | **31,3** | | | **73,1** | **705** | **1,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | | | | 100 | |  | |  | | | 9,8 | 40 | 1,9 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **9,8** | **40** | **1,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 118 | СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 4,9 | | 4,6 | | | 15,1 | 122 | 5,4 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко- сливочное несоленое, картофель, крупа гречневая ядрица) | | | |
| 2012 | 277 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА КУР | | | | 60 | | 21,1 | | 17,9 | | | 50,6 | 448 | 1 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 399 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | | | | 120 | | 11,5 | | 4,8 | | | 25 | 190 | 0,7 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный, лук репчатый, морковь) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2012 | 376 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 15,5 | 62 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **670** | | **40,1** | | **27,7** | | | **123,2** | **904** | **7,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 430 | ЙОГУРТ | | | | 169 | | 8,1 | | 5,2 | | | 14 | 143 | 0,4 |
| (йогурт 3,2% жирности сладкий) | | | |
| **Итого** | | | | | | **209** | | **11,1** | | **5,4** | | | **33,5** | **235** | **0,4** |
| **Всего** | | | | | | | | **82,6** | | **64,4** | | | **239,6** | **1884** | **10,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.