|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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 СГУЩЁННЫММОЛОКОМ | 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.мукавысш.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, яйцакуриные (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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.