|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В/ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **5 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | ОМЛЕТ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ | | | | 105 | | 7,6 | | 8,8 | | | 9,3 | 146 | 0,5 |
| (морская капуста, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин.) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 44 | | 2,2 | | 13 | | | 14,3 | 183 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,2 | | 4,5 | | | 21 | 147 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, какао-порошок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **349** | | **15** | | **26,3** | | | **44,6** | **476** | **1,4** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОМПОТ "ИЗЮМИНКА" | | | | 100 | | 0,3 | | 0,1 | | | 24,3 | 100 | 0 |
| (сахар песок, виноград сушеный (изюм)) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | | **0,3** | | **0,1** | | | **24,3** | **100** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 6,7 | | 7,7 | | | 18,4 | 174 | 7,9 |
| (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, морковь, крупа перловая, сметана 15% жирности) | | | |
| 2012 | 414 | ЧУРАШИ С МЯСОМ КУР | | | | 105 | | 15 | | 14,1 | | | 27,8 | 298 | 0,9 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., лук репчатый) | | | |
| 2008 | 146 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 0,9 | | 2 | | | 5,4 | 44 | 1,2 |
| (масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт витамин., лук репчатый, морковь, томатная паста) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,2 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **625** | | **25,2** | | **24,2** | | | **91,8** | **691** | **10** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 37 | | 2,7 | | 0,2 | | | 17,6 | 83 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **237** | | **2,9** | | **0,2** | | | **32,6** | **144** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **43,4** | | **50,8** | | | **193,3** | **1411** | **11,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.