|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **5 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 415 | СОСИСКА ОТВАРНАЯ | | | | 45 | | 4,8 | | 10,4 | | | 0,2 | 114 | 0 |
| (сосиски молочные) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 2,8 | | 2,4 | | | 13,6 | 88 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток) | | | |
| 2008 | 3 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 59 | | 5,4 | | 11,2 | | | 21,3 | 208 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский) | | | |
| **Итого** | | | | | | **304** | | **13** | | **24** | | | **35,1** | **410** | **0,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГРУША | | | | 60 | | 0,2 | | 0,2 | | | 5,4 | 25 | 1,1 |
| (груша) | | | |
| **Итого** | | | | | | **60** | | **0,2** | | **0,2** | | | **5,4** | **25** | **1,1** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 118 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,1 | | 4,6 | | | 18,5 | 137 | 6,6 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко- сливочное несоленое, картофель, пшено) | | | |
| 2008 | 60 | СЕЛЬДЬ ПОРЦИОННАЯ | | | | 30 | | 4,5 | | 4,4 | | |  | 58 | 0 |
| (рыба сельдь тихоокеанская среднесоленая) | | | |
| 2012 | 315 | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУРИНОЙ ГРУДКИ | | | | 70 | | 10,9 | | 14 | | | 5,2 | 190 | 0,7 |
| (масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | | |
| 2012 | 277 | СЛОЖНЫЙ ГАРНИР | | | | 180 | | 4,6 | | 8,9 | | | 19,1 | 175 | 20,9 |
| (морковь, лук репчатый, молоко пастер. 3,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, капуста белокочанная, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,3 | 74 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,2 | 93 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| **Итого** | | | | | | **770** | | **27,5** | | **32,2** | | | **81,3** | **727** | **28,2** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | РЫБА ПО ПОЛЬСКИ | | | | 70 | | 8,5 | | 4,8 | | | 5,7 | 100 | 1,5 |
| (рыба минтай неразделанный, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., лук репчатый, морковь, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ | | | | 19 | | 1,3 | | 0,2 | | | 8,1 | 39 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 434 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 10,1 | 41 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| **Итого** | | | | | | **289** | | **10** | | **5** | | | **23,9** | **180** | **1,5** |
| **Всего** | | | | | | | | **50,7** | | **61,4** | | | **145,7** | **1342** | **31,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.