|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **7 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 213 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ | | | | 90 | | 3,5 | | 3,6 | | | 26,4 | 152 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 49 | | 3,1 | | 6,5 | | | 21,2 | 156 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2012 | 397 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| **Итого** | | | | | | **339** | | **6,8** | | **10,1** | | | **62,6** | **369** | **0** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | СОК | | | | 119 | | 0,6 | | 0,1 | | | 11,6 | 50 | 1 |
| (сок яблочный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **119** | | **0,6** | | **0,1** | | | **11,6** | **50** | **1** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 94 | СУП ХАРЧО НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 4,9 | | 4,9 | | | 24,9 | 165 | 3,7 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, томатная паста, чеснок) | | | |
| 2008 | 133 | ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ КУР | | | | 180 | | 14,6 | | 15,4 | | | 19,4 | 275 | 23,8 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, капуста белокочанная, томатная паста) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **670** | | **22,1** | | **20,7** | | | **84,6** | **615** | **27,5** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ПРЯНИК | | | | 44 | | 2,5 | | 2 | | | 32 | 156 | 0 |
| (пряники заварные) | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | |  | |  | | | 33,1 | 133 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **244** | | **2,5** | | **2** | | | **65,1** | **289** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **32** | | **32,9** | | | **223,9** | **1323** | **28,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.