|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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, маслосладко-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, маслосладко-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, маслоподсолнечное 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.