|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **9 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 | 414 | ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ С КУРАГОЙ | | | | 100 | | 3,2 | | 4,4 | | | 38,2 | 206 | 0,2 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага)) | | | |
| 2012 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 47 | | 2,7 | | 10,9 | | | 17,3 | 178 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2012 | 395 | ЧАЙ | | | | 200 | | 5 | | 6,1 | | | 22,8 | 163 | 0,4 |
| (напиток кофейный, сахар песок, молоко пастер. 3,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **347** | | **10,9** | | **21,4** | | | **78,3** | **547** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | | | | 100 | |  | |  | | | 6,9 | 28 | 0,8 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **6,9** | **28** | **0,8** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 21 | СЕЛЬДЬ ПОРЦИОННАЯ | | | | 30 | | 3,5 | | 1,7 | | |  | 30 | 0 |
| (рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная) | | | |
| 2012 | 87 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,3 | | 5,6 | | | 22,7 | 163 | 6,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, куры полупотр. 1 категории) | | | |
| 2008 | 306 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР | | | | 170 | | 11,7 | | 12,4 | | | 29 | 277 | 14,9 |
| (лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, морковь, картофель) | | | |
| 2008 | 442 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 43 | | 2,9 | | 0,4 | | | 18,3 | 88 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **693** | | **23,4** | | **20,1** | | | **84,6** | **616** | **21,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ВАФЛИ | | | | 33 | | 0,9 | | 1,1 | | | 24,8 | 114 | 0 |
| (вафли с фруктово-ягодной начинками) | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | |  | |  | | | 154,4 | 618 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр.) | | | |
| **Итого** | | | | | | **233** | | **0,9** | | **1,1** | | | **179,2** | **732** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **35,2** | | **42,6** | | | **349** | **1923** | **22,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.