|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **10 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** |
| 2008 | 227 | КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" | 200 | 7,9 | 10,5 | 34,5 | 266 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности,крупа рисовая, пшено, сахар песок) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 47 | 3 | 7,5 | 19,7 | 159 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2012 | 397 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 5,7 | 4,9 | 24,5 | 166 | 1 |
| (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности) |
| **Итого** | **447** | **16,6** | **22,9** | **78,7** | **591** | **2** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | БАНАН | 40 | 0,4 | 0,1 | 5,7 | 26 | 1,1 |
| (банан) |
| **Итого** | **40** | **0,4** | **0,1** | **5,7** | **26** | **1,1** |
| **Обед** |
| 2008 | 94 | БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ | 250 | 6,6 | 6 | 19,4 | 160 | 17,3 |
| (куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое,сметана 20% жирности, картофель, капуста белокочанная, морковь,лук репчатый, свекла, томатная паста) |
| 2012 | 439 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 70 | 9,7 | 12,7 | 6,3 | 179 | 2 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, мукапшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста) |
| 2012 | 355 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 130 | 5,3 | 4 | 34,2 | 194 | 0 |
| (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 43 | 2,9 | 0,4 | 18,3 | 88 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 14,6 | 59 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| **Итого** | **693** | **24,5** | **23,1** | **92,8** | **680** | **19,3** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ДОМАШНЯЯ БУЛОЧКА | 65 | 5,4 | 8 | 37,4 | 244 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечноерафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.),мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок, дрожжи) |
| 2012 | 400 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,8 | 5,1 | 19,1 | 146 | 1 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок, сахар песок) |
| **Итого** | **265** | **11,2** | **13,1** | **56,5** | **390** | **1,1** |
| **Всего** | **52,7** | **59,2** | **233,7** | **1687** | **23,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.