|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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 СО СМЕТАНОЙ | | | | 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, мука пшеничная 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 подсолнечное рафинированое, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.