|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **11 сентября 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 | 224 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ | 200 | 7,6 | 10,5 | 27,7 | 237 | 1 |
| (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа манная, маслосладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ | 50 | 2,9 | 11,6 | 19,5 | 194 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавысш.сорт обог. микронутриентами) |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,1 | 2,6 | 13,8 | 92 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок) |
| **Итого** | **450** | **13,6** | **24,7** | **61** | **523** | **1,5** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | СОК | 120 | 0,6 | 0,1 | 11,7 | 50 | 1 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **120** | **0,6** | **0,1** | **11,7** | **50** | **1** |
| **Обед** |
| 2012 | 118 | СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 5,5 | 4,7 | 19,3 | 142 | 7 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, крупа гречневая ядрица) |
| 2012 | 315 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 105 | 4,3 | 3,7 | 27,6 | 162 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт) |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА | 65 | 10 | 11,2 | 3,1 | 154 | 1,4 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мукапшеничная высш.сорт, куры потрош. 1 категории, томатная паста) |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,3 | 93 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **660** | **22,4** | **20** | **90,3** | **633** | **8,4** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 59 | 1,6 | 1,8 | 44,1 | 202 | 0 |
| (вафли с фруктово-ягодной начинками) |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **259** | **1,8** | **1,8** | **59,1** | **263** | **0** |
| **Всего** | **38,4** | **46,6** | **222,1** | **1469** | **10,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.