|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **11 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 | 203 | СЫРНИКИ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ | | | | 130 | | 21,1 | | 14,4 | | | 47,3 | 405 | 0,3 |
| (масло подсолнечное рафинированое, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., крупа манная, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 46 | | 3,3 | | 7 | | | 22,5 | 167 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3 | | 2,6 | | | 13,9 | 92 | 0,5 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **376** | | **27,4** | | **24** | | | **83,7** | **664** | **0,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ЯБЛОКО | | | | 60 | | 0,2 | | 0,2 | | | 5 | 24 | 2,1 |
| (яблоки) | | | |
| **Итого** | | | | | | **60** | | **0,2** | | **0,2** | | | **5** | **24** | **2,1** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | СУП "ВЕСНА" НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,3 | | 7,8 | | | 13,9 | 148 | 6,9 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, картофель, яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУР | | | | 65 | | 12,4 | | 15,5 | | | 5,9 | 211 | 0,9 |
| (куры полупотр. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, яйца куриные (шт.), хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2012 | 414 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ | | | | 100 | | 3 | | 2,9 | | | 13,6 | 92 | 0 |
| (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 1,1 | | 3,3 | | | 6 | 59 | 1,4 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста) | | | |
| 2008 | 402 | СОК | | | | 200 | | 1 | | 0,2 | | | 19,6 | 83 | 1,6 |
| (сок яблочный) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 44 | | 2,9 | | 0,4 | | | 18,7 | 90 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **689** | | **25,7** | | **30,1** | | | **77,7** | **683** | **10,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ | | | | 200 | | 8,2 | | 9,2 | | | 31,1 | 242 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, макаронные изделия высш.сорт) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 15 | | 1,1 | | 0,1 | | | 7,5 | 36 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 434 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **415** | | **9,5** | | **9,3** | | | **53,6** | **339** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | **62,8** | | **63,6** | | | **220** | **1710** | **14,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.