|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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 сахаром8,5% жирности, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), мукапшеничная 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, маслосладко-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, курыпотрош. 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, лукрепчатый, яйца куриные (шт.), хлеб пшеничн.формовой мукавысш.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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.