|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 416 | СОСИСКА ОТВАРНАЯ | | | | 64 | | 8,6 | | 18,8 | | | 0,3 | 205 | 0 |
| (сосиски молочные) | | | |
| 2008 | 433 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЁНОГО ГОРОШКА | | | | 50 | | 1,5 | | 2,1 | | | 3,5 | 39 | 2,1 |
| (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, горошек зеленый консервы) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 50 | | 3,2 | | 7 | | | 22,1 | 165 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2012 | 435 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,6 | | 3,9 | | | 21,1 | 138 | 0,8 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток) | | | |
| **Итого** | | | | | | **364** | | **17,9** | | **31,8** | | | **47** | **547** | **2,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 436 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | | 100 | |  | |  | | | 15,3 | 62 | 0,3 |
| (яблоки, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **15,3** | **62** | **0,3** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 402 | СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5 | | 5,5 | | | 17,5 | 140 | 5,4 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, пшено, картофель, куры потрош. 1 категории) | | | |
| 2008 | 299 | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР | | | | 60 | | 11,9 | | 14 | | | 5,9 | 197 | 0,9 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 |  | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | | | | 120 | | 11,5 | | 5,1 | | | 25 | 192 | 0,7 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный, лук репчатый, морковь) | | | |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 13 | 52 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **670** | | **31** | | **25** | | | **78,4** | **663** | **7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | РЫБА ОТВАРНАЯ | | | | 65 | | 8 | | 0,5 | | |  | 36 | 0,1 |
| (рыба минтай неразделанный) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 2,3 | | 0,3 | | | 14,9 | 72 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **285** | | **10,5** | | **0,8** | | | **29,9** | **169** | **0,1** |
| **Всего** | | | | | | | | **59,4** | | **57,6** | | | **170,6** | **1441** | **10,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.