|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **13 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 | 190 | КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | | | 200 | | 6,7 | | 10,2 | | | 25 | 219 | 0,8 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, овсяные хлопья "геркулес") | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 46 | | 3,1 | | 6,7 | | | 20,1 | 153 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 2,9 | | 2,4 | | | 14,1 | 91 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток) | | | |
| **Итого** | | | | | | **446** | | **12,7** | | **19,3** | | | **59,2** | **463** | **1,3** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 100 | |  | |  | | | 4,9 | 19 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **4,9** | **19** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 402 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 8,8 | | 4,7 | | | 23,1 | 171 | 7 |
| (куры потрош. 1 категории, горох лущеный, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2008 | 209 | ПЛОВ С МЯСОМ КУР | | | | 160 | | 13,6 | | 14,9 | | | 30,2 | 309 | 1,7 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, крупа рисовая, лук репчатый, морковь) | | | |
| к/к | к/к | САЛАТ "СОЛНЕЧНЫЙ" | | | | 70 | | 1,3 | | 4,2 | | | 9,6 | 82 | 1,9 |
| (сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, морковь, кукуруза консервы) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 43 | | 2,8 | | 0,4 | | | 18,2 | 88 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **723** | | **26,5** | | **24,2** | | | **104,4** | **743** | **10,6** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СУШКА | | | | 32 | | 3,4 | | 0,4 | | | 21,3 | 103 | 0 |
| (сушки простые) | | | |
| 2008 | 434 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,8 | | 4,9 | | | 19,4 | 146 | 1 |
| (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **232** | | **9,2** | | **5,3** | | | **40,7** | **249** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | **48,4** | | **48,8** | | | **209,2** | **1474** | **12,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.