|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **16 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 | 414 | ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ С КУРАГОЙ | 120 | 3,9 | 5 | 47,4 | 252 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, сахар песок,сушеные абрикосы без косточки (курага)) |
| 2012 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 49 | 2,8 | 11,3 | 17,9 | 185 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2012 | 395 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) |
| **Итого** | **369** | **6,9** | **16,3** | **80,3** | **498** | **0,1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | СОК | 114 | 0,6 | 0,1 | 11,2 | 48 | 0,9 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **114** | **0,6** | **0,1** | **11,2** | **48** | **0,9** |
| **Обед** |
| 2012 | 87 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМБУЛЬОНЕ | 250 | 5,3 | 5,6 | 22,7 | 163 | 6,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочноенесоленое, макаронные изделия высш.сорт, куры полупотр. 1категории) |
| 2008 | 306 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР | 160 | 11,1 | 11,7 | 27,4 | 259 | 14,1 |
| (лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1категории, морковь, картофель) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| 2008 | 442 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| **Итого** | **650** | **19** | **17,7** | **81,7** | **562** | **20,3** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА | 40 | 2,3 | 0,2 | 15,2 | 72 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 |  |  | 28,3 | 113 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) |
| **Итого** | **240** | **2,3** | **0,2** | **43,5** | **185** | **0** |
| **Всего** | **28,8** | **34,3** | **216,7** | **1293** | **21,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.