|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **16 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 | 213 | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | | | | 1 | | 4,9 | | 4,5 | | | 0,3 | 61 | 0 |
| (яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2012 |  | ТУШЁНАЯ МОРКОВКА | | | | 60 | | 1,1 | | 4,1 | | | 10,7 | 85 | 2,5 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, морковь, сахар песок, лук репчатый, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | 49 | | 3 | | 7,6 | | | 20 | 160 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 10,1 | 41 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| **Итого** | | | | | | **310** | | **9,2** | | **16,2** | | | **41,1** | **347** | **2,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | | | | 100 | |  | |  | | | 5 | 21 | 0,8 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ "ОВСЯНОЕ" | | | | 26 | | 2 | | 2,5 | | | 19,3 | 108 | 0 |
| (печенье сахарное мука высш.сорт) | | | |
| **Итого** | | | | | | **126** | | **2** | | **2,5** | | | **24,3** | **129** | **0,8** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,6 | | 6,1 | | | 19,7 | 157 | 10 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР | | | | 190 | | 11,4 | | 10,9 | | | 9,5 | 184 | 31,9 |
| (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, куры потрош. 1 категории) | | | |
| 2012 | 382 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,8 | | 0,4 | | | 17,8 | 86 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **680** | | **19,8** | | **17,4** | | | **61,6** | **485** | **41,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 43 | | 3,2 | | 0,3 | | | 20,9 | 99 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | |  | |  | | | 154,4 | 618 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр.) | | | |
| **Итого** | | | | | | **243** | | **3,2** | | **0,3** | | | **175,3** | **717** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **34,2** | | **36,4** | | | **302,3** | **1678** | **45,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.