|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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, лукрепчатый, 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 КУРИНОМБУЛЬОНЕ | 250 | 5,6 | 6,1 | 19,7 | 157 | 10 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, маслосладко-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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.