|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **17 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 | 416 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | 200 | 7,4 | 9,1 | 24,3 | 210 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, крупа гречневая ядрица) |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ И СЫРОМ | 58 | 4,7 | 9 | 20,2 | 182 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое,сыр российский) |
| 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** | **458** | **15** | **20,5** | **58,6** | **483** | **1,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ГРУША | 60 | 0,2 | 0,2 | 5,6 | 25 | 2,7 |
| (груша) |
| **Итого** | **60** | **0,2** | **0,2** | **5,6** | **25** | **2,7** |
| **Обед** |
| 2012 | 66 | СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ | 250 | 2,3 | 2,7 | 13,7 | 91 | 6,8 |
| (морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, картофель, маслосладко-сливочное несоленое, томатная паста, свекла, сметана 15%жирности) |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ | 30 | 0,2 |  | 0,5 | 4 | 1,5 |
| (огурцы соленые) |
| 2008 | 124 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 4 | 5,8 | 24 | 164 | 11,3 |
| (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2%жирности) |
| 2008 | 233 | РЫБА ЖАРЕНАЯ С ОВОЩАМИ | 90 | 11 | 4,5 | 6,4 | 109 | 1 |
| (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое,рыба минтай неразделанный, лук репчатый, морковь) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3 | 0,4 | 19,1 | 92 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **765** | **20,5** | **13,4** | **87** | **553** | **20,6** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | СОСИСКА В ТЕСТЕ | 100 | 11,8 | 21,6 | 32,9 | 373 | 0,1 |
| (сосиски молочные, масло сладко-сливочное несоленое, маслоподсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйцакуриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок,дрожжи) |
| 2012 | 395 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 10,1 | 41 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **300** | **12** | **21,6** | **43** | **414** | **0,1** |
| **Всего** | **47,7** | **55,7** | **194,2** | **1475** | **24,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.