|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В../ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **18 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | СЫРНИКИ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ | | | | 150 | | 27,6 | | 19,5 | | | 37,3 | 438 | 0,4 |
| (творог 5,0% жирности, масло подсолнечное рафинированое, молоко сгущенное стерилиз. 7,8% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., крупа манная, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 55 | | 5,7 | | 10,6 | | | 23,8 | 214 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр российский) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,7 | | 4 | | | 16,7 | 122 | 0,8 |
| (сахар песок, напиток кофейный, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **405** | | **38** | | **34,1** | | | **77,8** | **774** | **1,2** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | | 100 | |  | |  | | | 5,8 | 24 | 0,4 |
| (яблоки, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **5,8** | **24** | **0,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 402 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 4,9 | | 5,2 | | | 15,8 | 132 | 10,8 |
| (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, капуста белокочанная, сметана 15% жирности) | | | |
| 2008 | 209 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ | | | | 105 | | 4,9 | | 4,5 | | | 22,2 | 149 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица) | | | |
| к/к | к/к | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГОНОВСКИ | | | | 80 | | 15,3 | | 7,9 | | | 6 | 174 | 12,2 |
| (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 42 | | 2,8 | | 0,4 | | | 17,8 | 86 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| **Итого** | | | | | | **677** | | **27,9** | | **18** | | | **85,1** | **634** | **23** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 461 | ГРЕНКА | | | | 65 | | 4,6 | | 6,6 | | | 30,6 | 199 | 0,2 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С М ОЛОКОМ | | | | 200 | | 6 | | 5,1 | | | 20 | 151 | 1,1 |
| (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **265** | | **10,6** | | **11,7** | | | **50,6** | **350** | **1,3** |
| **Всего** | | | | | | | | **76,5** | | **63,8** | | | **219,3** | **1782** | **25,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.