|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **18 октября 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 | 203 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | | | | 200 | | 8 | | 10,9 | | | 25,1 | 232 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа гречневая ядрица) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 48 | | 3,4 | | 7,4 | | | 23,4 | 174 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3 | | 2,6 | | | 13,9 | 92 | 0,5 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **448** | | **14,4** | | **20,9** | | | **62,4** | **498** | **1,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 100 | |  | |  | | | 4,9 | 19 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **4,9** | **19** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | СУП "ВЕСНА" НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,3 | | 7,8 | | | 13,9 | 148 | 6,9 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, картофель, яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ | | | | 50 | | 0,8 | | 3,9 | | | 4,8 | 58 | 2,2 |
| (свекла, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый) | | | |
| 2008 | 239 | ПЛОВ С МЯСОМ КУР | | | | 130 | | 8,7 | | 10,2 | | | 27,6 | 236 | 0,7 |
| (куры полупотр. 1 категории, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, крупа рисовая) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 36 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,3 | 73 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **666** | | **17,2** | | **22,2** | | | **84,9** | **608** | **9,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ДОМАШНЯЯ БУЛОЧКА | | | | 65 | | 5,4 | | 6,9 | | | 37,5 | 233 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок, дрожжи) | | | |
| 2008 | 434 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,8 | | 4,9 | | | 24,3 | 165 | 1 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **265** | | **11,2** | | **11,8** | | | **61,8** | **398** | **1,1** |
| **Всего** | | | | | | | | **42,8** | | **54,9** | | | **214** | **1523** | **12,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.