|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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, маслосладко-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, курыпотрош. 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, маслоподсолнечное 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 подсолнечноерафинированое, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.