|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **18 ноября 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 |  | САЛАТ СОЛНЕЧНЫЙ | 60 | 1 | 4 | 6,9 | 69 | 1,6 |
| (масло подсолнечное рафинированое, морковь, сахар песок, кукурузаконсервы) |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 44 | 2,7 | 7 | 17,9 | 146 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2008 | 430 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 5,7 | 4,9 | 19,6 | 147 | 1 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток) |
| **Итого** | **305** | **14,3** | **20,4** | **44,7** | **423** | **2,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 100 |  |  | 5,6 | 23 | 0,3 |
| (яблоки, сахар песок) |
| **Итого** | **100** |  |  | **5,6** | **23** | **0,3** |
| **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 | 42 | 2,9 | 0,4 | 18,7 | 90 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **682** | **19,9** | **17,4** | **62,5** | **489** | **41,9** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) |
| 2008 | 190 | КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" | 200 | 9 | 10 | 32,9 | 259 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности,крупа гречневая ядрица, пшено, сахар песок) |
| 2008 | 411 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,8 | 5 | 19,1 | 146 | 1 |
| (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок) |
| **Итого** | **420** | **16,3** | **15,1** | **61,7** | **451** | **2** |
| **Всего** | **50,5** | **52,9** | **174,5** | **1386** | **46,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.