|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **18 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ | | | | 160 | | 23,7 | | 16,4 | | | 23,3 | 340 | 0,6 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, молоко сгущенное стерилиз. 7,8% жирности, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), крупа манная) | | | |
| 2008 | 3 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 55 | | 5,3 | | 11,1 | | | 20,1 | 203 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,8 | | 4,2 | | | 17,4 | 127 | 0,8 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **415** | | **33,8** | | **31,7** | | | **60,8** | **670** | **1,4** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 394 | МАНДАРИН | | | | 50 | | 0,3 | | 0,1 | | | 2,7 | 14 | 5,6 |
| (мандарин) | | | |
| **Итого** | | | | | | **50** | | **0,3** | | **0,1** | | | **2,7** | **14** | **5,6** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 118 | СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬНЕ | | | | 250 | | 5,4 | | 4,7 | | | 20,6 | 148 | 7 |
| (куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, пшено, картофель, соль йодированная, лук репчатый, морковь) | | | |
| 2012 | 315 | РИС ОТВАРНОЙ | | | | 100 | | 2,7 | | 4,2 | | | 28,4 | 162 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) | | | |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА | | | | 70 | | 11,2 | | 14,4 | | | 5,5 | 195 | 1,6 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста) | | | |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 43 | | 2,9 | | 0,4 | | | 18,3 | 88 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **663** | | **22,2** | | **23,7** | | | **87,4** | **651** | **8,6** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | ЙОГУРТ | | | | 194 | | 5,2 | | 4,8 | | | 8,5 | 106 | 0,6 |
| (йогурт 2,5% жирности) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 42 | | 3,2 | | 1,2 | | | 21,6 | 110 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **236** | | **8,4** | | **6** | | | **30,1** | **216** | **0,6** |
| **Всего** | | | | | | | | **64,7** | | **61,5** | | | **181** | **1551** | **16,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.