|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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 СГУЩЁННЫММОЛОКОМ | 160 | 23,7 | 16,4 | 23,3 | 340 | 0,6 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочноенесоленое, 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.мукавысш.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, мукапшеничная 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.