|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **19 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 | 416 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ | 200 | 7 | 8,6 | 26,9 | 214 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, крупа манная) |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 48 | 3,1 | 7 | 20,2 | 157 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 2,5 | 13,7 | 91 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок) |
| **Итого** | **448** | **13,1** | **18,1** | **60,8** | **462** | **1,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ | 100 |  |  | 6,9 | 28 | 1,2 |
| (лимон, сахар песок) |
| **Итого** | **100** |  |  | **6,9** | **28** | **1,2** |
| **Обед** |
| 2012 | 66 | СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ | 250 | 2,3 | 2,7 | 13,7 | 91 | 6,8 |
| (морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, картофель, маслосладко-сливочное несоленое, томатная паста, свекла, сметана 15%жирности) |
| 2008 | 124 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 160 | 4,3 | 6,2 | 25,6 | 175 | 12 |
| (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2%жирности) |
| 2008 | 233 | РЫБА ЖАРЕНАЯ | 80 | 9,8 | 3,9 | 5,7 | 97 | 0,8 |
| (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое,рыба минтай неразделанный, лук репчатый, морковь) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **730** | **19** | **13,2** | **85,3** | **538** | **19,6** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | КРЕНДЕЛЬ С САХАРОМ | 65 | 6 | 7,5 | 46,2 | 277 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечноерафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.),мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи) |
| 2012 | 395 | КРЕМ-БРЮЛЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 19 | 144 | 1 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) |
| **Итого** | **265** | **11,6** | **12,4** | **65,2** | **421** | **1,1** |
| **Всего** | **43,7** | **43,7** | **218,2** | **1449** | **23,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.