|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **19 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 | 209 | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ | 200 | 12,9 | 12,3 | 65,4 | 425 | 1 |
| (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | 50 | 5 | 9,8 | 18,5 | 184 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт,сыр российский) |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 5 | 4,2 | 17,8 | 130 | 0,9 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток) |
| **Итого** | **450** | **22,9** | **26,3** | **101,7** | **739** | **1,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | СОК | 108 | 0,5 | 0,1 | 10,9 | 46 | 2,2 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **108** | **0,5** | **0,1** | **10,9** | **46** | **2,2** |
| **Обед** |
| 2012 | 118 | СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 6,6 | 6,8 | 17,6 | 158 | 6,1 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, крупа гречневая ядрица) |
| 2012 | 277 | ТУШЕННЫЕ ОВОЩИ С МЯСОМ КУР | 190 | 13,4 | 14,6 | 16,8 | 252 | 21,6 |
| (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, курыпотрош. 1 категории, томатная паста, картофель, капустабелокочанная) |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 42 | 2,8 | 0,4 | 17,8 | 86 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **682** | **22,8** | **21,8** | **61,9** | **535** | **27,7** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 40 | 1,1 | 1,3 | 30 | 137 | 0 |
| (вафли с фруктово-ягодной начинками) |
| 2008 | 430 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,9 | 6,4 | 18,9 | 158 | 1 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности) |
| **Итого** | **240** | **7** | **7,7** | **48,9** | **295** | **1** |
| **Всего** | **53,2** | **55,9** | **223,4** | **1615** | **32,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.