|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **20 сентября 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 | 203 | КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | | | 200 | | 8 | | 11,4 | | | 26 | 240 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, овсяные хлопья "геркулес") | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 55 | | 6,1 | | 11,4 | | | 27,9 | 239 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3 | | 2,6 | | | 13,9 | 92 | 0,5 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **455** | | **17,1** | | **25,4** | | | **67,8** | **571** | **1,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | | 100 | |  | |  | | | 5,8 | 23 | 0,4 |
| (сахар песок, яблоки) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **5,8** | **23** | **0,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | СУП "ВЕСНА" НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,3 | | 7,8 | | | 13,9 | 148 | 6,9 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, картофель, яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2008 | 239 | ПЛОВ С МЯСОМ КУР | | | | 160 | | 10,7 | | 12,5 | | | 34 | 290 | 0,9 |
| (куры полупотр. 1 категории, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, крупа рисовая) | | | |
| 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** | | | | | | **650** | | **18,6** | | **20,7** | | | **88,2** | **613** | **7,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ | | | | 55 | | 4 | | 5,2 | | | 39,7 | 223 | 0 |
| (печенье сахарное мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 434 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,7 | | 4,9 | | | 24,4 | 165 | 1 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **255** | | **9,7** | | **10,1** | | | **64,1** | **388** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | **45,4** | | **56,2** | | | **225,9** | **1595** | **10,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.