|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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, маслосладко-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, курыпотрош. 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, маслоподсолнечное 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.