|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **20 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** |
| 2008 | 189 | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЁННЫММОЛОКОМ | 170 | 25 | 17,3 | 25 | 360 | 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 | 57 | 5,5 | 11,6 | 20,9 | 211 | 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** | **427** | **35,3** | **33,1** | **63,3** | **698** | **1,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 394 | ЯБЛОКО | 50 | 0,2 | 0,2 | 4,8 | 23 | 2 |
| (яблоки) |
| **Итого** | **50** | **0,2** | **0,2** | **4,8** | **23** | **2** |
| **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 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ | 104 | 5 | 5,3 | 22,8 | 159 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица) |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА | 80 | 12,6 | 16,4 | 6,2 | 223 | 1,9 |
| (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 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **674** | **25,6** | **26,8** | **81,2** | **670** | **8,9** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 200 | 8,6 | 10,6 | 29,2 | 248 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности,овсяные хлопья "геркулес", сахар песок) |
| 2008 | 434 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,8 | 5,1 | 24 | 166 | 1 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности) |
| 2008 |  | БУЛКА | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **420** | **15,9** | **16,3** | **63,5** | **466** | **2** |
| **Всего** | **77** | **76,4** | **212,8** | **1857** | **14,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.