|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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 СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ | | | | 170 | | 25 | | 17,3 | | | 25 | 360 | 0,6 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, 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.мука высш.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, мука пшеничная 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.