|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **20 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 203 | КУЛЕШ МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ | | | | 200 | | 8,9 | | 11,1 | | | 34,3 | 275 | 1 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, пшено, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 45 | | 2,8 | | 7 | | | 18,4 | 149 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,6 | | 4,8 | | | 22,2 | 155 | 1 |
| (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **445** | | **17,3** | | **22,9** | | | **74,9** | **579** | **2** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 394 | ЯБЛОКО | | | | 50 | | 0,2 | | 0,2 | | | 4,3 | 21 | 1,8 |
| (яблоки) | | | |
| **Итого** | | | | | | **50** | | **0,2** | | **0,2** | | | **4,3** | **21** | **1,8** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | ЩИ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,2 | | 5,1 | | | 13,8 | 123 | 7,2 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, морская капуста, яйца куриные (шт.), картофель) | | | |
| 2008 | 239 | ЕЖИКИ ИЗ МЯСА КУР | | | | 130 | | 14,7 | | 21,2 | | | 43,5 | 424 | 1 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированое, куры полупотр. 1 категории, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, лук репчатый) | | | |
| 2012 | 355 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 1,1 | | 3,9 | | | 6,1 | 64 | 1,4 |
| (мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое) | | | |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 59 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 44 | | 2,9 | | 0,4 | | | 18,6 | 90 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **654** | | **23,9** | | **30,6** | | | **96,6** | **760** | **9,6** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СУШКА | | | | 44 | | 4,7 | | 0,6 | | | 29,3 | 141 | 0 |
| (сушки простые) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,8 | | 4,9 | | | 19,4 | 146 | 1 |
| (сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **244** | | **10,5** | | **5,5** | | | **48,7** | **287** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | **51,9** | | **59,2** | | | **224,5** | **1647** | **14,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.