|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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 КУРИНОМБУЛЬОНЕ | 250 | 5,2 | 5,1 | 13,8 | 123 | 7,2 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, курыпотрош. 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, маслоподсолнечное рафинированое, куры полупотр. 1 категории, яйцакуриные (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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.