|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **21 октября 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 |  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ | 100 | 4,9 | 5,3 | 26,8 | 174 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, сахарпесок) |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 44 | 2,7 | 7 | 17,9 | 146 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | 200 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) |
| **Итого** | **344** | **7,6** | **12,3** | **59,3** | **378** | **0** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК | 103 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 | 0,8 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **103** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **43** | **0,8** |
| **Обед** |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМБУЛЬОНЕ | 250 | 5,6 | 6,1 | 19,7 | 157 | 10 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, маслосладко-сливочное несоленое) |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР | 190 | 11,4 | 10,9 | 9,5 | 184 | 31,9 |
| (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь,лук репчатый, томатная паста, куры потрош. 1 категории) |
| 2012 | 382 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,8 | 0,4 | 17,8 | 86 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **680** | **19,8** | **17,4** | **61,6** | **485** | **41,9** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | СУШКА | 40 | 4,3 | 0,5 | 26,7 | 128 | 0 |
| (сушки простые) |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 |  |  | 154,4 | 618 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр.) |
| **Итого** | **240** | **4,3** | **0,5** | **181,1** | **746** | **0** |
| **Всего** | **32,2** | **30,3** | **312,1** | **1652** | **42,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.