|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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, сахар песок) | | | |
| 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 КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,6 | | 6,1 | | | 19,7 | 157 | 10 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.