|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **24 сентября 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 | 416 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ | 200 | 7 | 8,6 | 26,9 | 214 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, крупа манная) |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 47 | 3 | 6,8 | 19,8 | 153 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 2,5 | 13,7 | 91 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок) |
| **Итого** | **447** | **13** | **17,9** | **60,4** | **458** | **1,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 51 | 0,2 | 0,2 | 4,4 | 21 | 4,5 |
| (яблоки) |
| **Итого** | **51** | **0,2** | **0,2** | **4,4** | **21** | **4,5** |
| **Обед** |
| 2012 | 66 | СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ | 250 | 2,3 | 2,7 | 13,7 | 91 | 6,8 |
| (морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, картофель, маслосладко-сливочное несоленое, томатная паста, свекла, сметана 15%жирности) |
| 2008 | 124 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 130 | 3,5 | 5,1 | 20,8 | 142 | 9,8 |
| (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2%жирности) |
| 2008 | 233 | РЫБА ЖАРЕНАЯ | 70 | 8,3 | 3,5 | 3,4 | 77 | 0,1 |
| (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое,рыба минтай неразделанный) |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ | 28 | 0,2 |  | 0,5 | 4 | 1,4 |
| (огурцы соленые) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **718** | **16,9** | **11,7** | **78,7** | **489** | **18,1** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | КРЕНДЕЛЬ С САХАРОМ | 65 | 6 | 7,5 | 46,2 | 277 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечноерафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.),мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи) |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,2 | 4,5 | 23 | 155 | 0,9 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности) |
| **Итого** | **265** | **11,2** | **12** | **69,2** | **432** | **1** |
| **Всего** | **41,3** | **41,8** | **212,7** | **1400** | **25** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.