|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **26 ноября 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | | | 200 | | 8 | | 10,2 | | | 28,4 | 238 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, овсяные хлопья "геркулес") | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 44 | | 2,4 | | 5,5 | | | 16,5 | 125 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,1 | | 4,4 | | | 21,4 | 147 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток) | | | |
| **Итого** | | | | | | **444** | | **15,5** | | **20,1** | | | **66,3** | **510** | **1,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БАНАН | | | | 55 | | 0,6 | | 0,2 | | | 8,1 | 37 | 3,9 |
| (банан) | | | |
| **Итого** | | | | | | **55** | | **0,6** | | **0,2** | | | **8,1** | **37** | **3,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | | | | 250 | | 7,8 | | 3,5 | | | 16,3 | 129 | 6,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, пшено, рыбн.консервы в масле.сайра бланширован.) | | | |
| 2012 | 291 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНННЫЙ С МЯСОМ КУР | | | | 170 | | 14,2 | | 15,5 | | | 23,9 | 292 | 12,4 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории) | | | |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | | | | 200 | | 0,1 | | 0,1 | | | 17,5 | 71 | 0,4 |
| (груша, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **660** | | **24,7** | | **19,5** | | | **74,7** | **574** | **19** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 74 | КОСИЧКА С САХАРОМ | | | | 70 | | 5,3 | | 6,8 | | | 37,5 | 233 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок, дрожжи) | | | |
| 2008 | 430 | ЙОГУРТ | | | | 184 | | 4,9 | | 4,5 | | | 8,1 | 101 | 0,5 |
| (йогурт 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **254** | | **10,2** | | **11,3** | | | **45,6** | **334** | **0,6** |
| **Всего** | | | | | | | | **51** | | **51,1** | | | **194,7** | **1455** | **25,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.