|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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, маслосладко-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-сливочноенесоленое, 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 подсолнечноерафинированое, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.