|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **27 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 227 | ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ СО СГУЩЁНЫМ МОЛОКОМ | | | | 180 | | 23,3 | | 17,5 | | | 24,7 | 354 | 0,7 |
| (масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко сгущенное стерилиз. 7,8% жирности, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), крупа манная, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 46 | | 3 | | 7,3 | | | 19,4 | 155 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,8 | | 5,1 | | | 24 | 166 | 1 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **426** | | **32,1** | | **29,9** | | | **68,1** | **675** | **1,7** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | | | | 100 | |  | |  | | | 7 | 28 | 0,4 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **7** | **28** | **0,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 94 | БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 6,6 | | 6 | | | 19,4 | 160 | 17,3 |
| (куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 20% жирности, картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, свекла, томатная паста) | | | |
| 2012 | 439 | ЧУРАШИ С ГРУДКОЙ КУР | | | | 100 | | 23,1 | | 25,6 | | | 27,9 | 434 | 0,3 |
| (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, индейка (грудки)) | | | |
| 2012 | 355 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 0,9 | | 2,1 | | | 4,8 | 41 | 0,9 |
| (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 59 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **620** | | **33,2** | | **34,1** | | | **83,7** | **776** | **18,5** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ВАФЛИ | | | | 40 | | 1,1 | | 1,3 | | | 30 | 137 | 0 |
| (вафли с фруктово-ягодной начинками) | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО | | | | 200 | | 5,6 | | 4,9 | | | 9,3 | 105 | 1 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **240** | | **6,7** | | **6,2** | | | **39,3** | **242** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | **72** | | **70,2** | | | **198,1** | **1721** | **21,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.