|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **29 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 | 184 | КАША МОЛОЧНАЯ "БОЯРСКАЯ" | | | | 200 | | 9 | | 11 | | | 37,5 | 287 | 1 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, пшено, сахар песок, виноград сушеный (изюм)) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 47 | | 3 | | 6,4 | | | 19,8 | 149 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,2 | | 4,6 | | | 21 | 147 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, какао-порошок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **447** | | **17,2** | | **22** | | | **78,3** | **583** | **1,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | к/к | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ | | | | 100 | |  | |  | | | 6,9 | 28 | 0,4 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **6,9** | **28** | **0,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 4,8 | | 5,6 | | | 14,5 | 129 | 5,9 |
| (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, морковь, крупа перловая, сметана 20% жирности) | | | |
| 2008 | 146 | ЗРАЗА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУР | | | | 170 | | 14,1 | | 15,1 | | | 20,9 | 275 | 11 |
| (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2012 | 355 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 0,8 | | 2 | | | 4,7 | 41 | 1 |
| (мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 37 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,7 | 76 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **687** | | **22,1** | | **23** | | | **79,1** | **614** | **17,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 430 | МОЛОКО | | | | 200 | | 5,6 | | 4,9 | | | 9,3 | 105 | 1 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **240** | | **8,6** | | **5,1** | | | **28,8** | **197** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | **47,9** | | **50,1** | | | **193,1** | **1422** | **21,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.