|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **6 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 | 224 | ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 120 | 29,3 | 17,6 | 34,5 | 418 | 0,3 |
| (масло подсолнечное рафинированое, творог 5,0% жирности, яйцакуриные (шт.), крупа манная, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт) |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬНАЯ ПОДЛИВА | 30 |  |  | 2,7 | 11 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр.) |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | 58 | 5,6 | 16,3 | 22,5 | 260 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавысш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский) |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,1 | 2,6 | 13,8 | 92 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок) |
| **Итого** | **408** | **38** | **36,5** | **73,5** | **781** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | 100 |  |  | 6,4 | 26 | 0,6 |
| (лимон, сахар песок) |
| **Итого** | **100** |  |  | **6,4** | **26** | **0,6** |
| **Обед** |
| 2012 | 118 | СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 5,5 | 4,7 | 19,3 | 142 | 7 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, крупа гречневая ядрица) |
| 2012 | 315 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 130 | 5,3 | 4,8 | 34,5 | 202 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт) |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА | 80 | 12,3 | 13,9 | 3,8 | 191 | 1,9 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мукапшеничная высш.сорт, куры потрош. 1 категории, томатная паста) |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,3 | 93 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 44 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **704** | **25,7** | **23,8** | **97,9** | **710** | **8,9** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 8,9 | 11,1 | 36,9 | 281 | 0,4 |
| (молоко пастер. 3,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, пшено) |
| 2008 | 430 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 5,1 | 6,1 | 23,4 | 166 | 0,4 |
| (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 3,5% жирности) |
| 2008 |  | БУЛКА | 22 | 0,9 | 0,4 | 6,3 | 32 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **422** | **14,9** | **17,6** | **66,6** | **479** | **0,8** |
| **Всего** | **78,6** | **77,9** | **244,4** | **1996** | **11,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.