|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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, яйца куриные (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.мука высш.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, мука пшеничная 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.