|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **8 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 | 214 | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ | 200 | 6,4 | 10,1 | 23,4 | 210 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, макаронные изделия высш.сорт) |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ | 48 | 4,7 | 9,5 | 18,6 | 180 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавысш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский) |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 5,5 | 6 | 23,2 | 171 | 1 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности) |
| **Итого** | **448** | **16,6** | **25,6** | **65,2** | **561** | **1,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | 100 |  |  | 7 | 29 | 0,6 |
| (лимон, сахар песок) |
| **Итого** | **100** |  |  | **7** | **29** | **0,6** |
| **Обед** |
| 2008 | 50 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 0,8 | 4,1 | 4,8 | 60 | 2,7 |
| (свекла, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое) |
| 2012 | 404 | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 6,3 | 4,2 | 25,2 | 166 | 14 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, куры полупотр. 1 категории, лукрепчатый, морковь, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами,картофель, капуста белокочанная) |
| 2008 | 311 | РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ КУР | 180 | 16,2 | 16,7 | 34,2 | 353 | 1,3 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, лукрепчатый, морковь, крупа рисовая, молоко пастер. 3,2% жирности, яйцакуриные (шт.)) |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | 0,9 | 1,7 | 4,8 | 37 | 0,9 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт,морковь, лук репчатый, томатная паста) |
| 2008 | 402 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 205 | 0,1 |  | 1,6 | 6 | 0,1 |
| (сок яблочный) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,4 | 0,3 | 15,3 | 73 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **765** | **26,7** | **27** | **85,9** | **695** | **19** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | РЫБА ПО ПОЛЬСКИ | 110 | 20,7 | 1,6 | 5,5 | 117 | 1,9 |
| (рыба пикша, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.),мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, морковь, томатная паста) |
| к/к | к/к | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15,1 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 31 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **325** | **21,9** | **1,7** | **27** | **209** | **1,9** |
| **Всего** | **65,2** | **54,3** | **185,1** | **1494** | **23,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.