|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **13 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 | 190 | СЫРНИКИ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ | | | | 140 | | 26 | | 17,9 | | | 35,8 | 412 | 0,3 |
| (масло подсолнечное рафинированое, молоко сгущенное стерилиз. 7,8% жирности, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., крупа манная, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 50 | | 3,2 | | 7 | | | 21 | 160 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,7 | | 4 | | | 16,7 | 122 | 0,8 |
| (сахар песок, напиток кофейный, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **390** | | **33,9** | | **28,9** | | | **73,5** | **694** | **1,1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | ЯБЛОКО | | | | 54 | | 0,2 | | 0,2 | | | 4,5 | 22 | 1,9 |
| (яблоки) | | | |
| **Итого** | | | | | | **54** | | **0,2** | | **0,2** | | | **4,5** | **22** | **1,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 402 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 4,9 | | 5,2 | | | 15,8 | 132 | 10,8 |
| (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, капуста белокочанная, сметана 15% жирности) | | | |
| 2008 | 209 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ | | | | 130 | | 6 | | 5,6 | | | 27,5 | 184 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица) | | | |
| к/к | к/к | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГОНОВСКИ | | | | 80 | | 15,3 | | 7,9 | | | 6 | 174 | 12,2 |
| (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 36 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,2 | 73 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| **Итого** | | | | | | **696** | | **28,6** | | **19** | | | **87,8** | **656** | **23** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 461 | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ | | | | 200 | | 7,2 | | 9,3 | | | 29,4 | 231 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, макаронные изделия высш.сорт, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,7 | | 4,9 | | | 19,5 | 146 | 1 |
| (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 20 | | 1,3 | | 0,2 | | | 8,5 | 41 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **420** | | **14,2** | | **14,4** | | | **57,4** | **418** | **2** |
| **Всего** | | | | | | | | **76,9** | | **62,5** | | | **223,2** | **1790** | **28** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.