|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **22 октября 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** |
| 2012 | 415 | КАША МОЛОЧНАЯ манная | 200 | 6,2 | 5,9 | 32,8 | 208 | 0,3 |
| (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочноенесоленое, сахар песок) |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,8 | 2,4 | 13,6 | 88 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток) |
| 2008 | 3 | БУЛКА С МАСЛОМ | 51 | 2,7 | 7,2 | 18,7 | 151 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавысш.сорт обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **451** | **11,7** | **15,5** | **65,1** | **447** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| к/к | к/к | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | 100 |  |  |  |  | 0 |
| (лимон, сахар песок) |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| к/к | к/к | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОЛРЦИОННЫЙ | 30 | 0,2 |  | 0,5 | 4 | 1,5 |
| (огурцы соленые) |
| 2012 | 118 | СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬНЕ СОСМЕТАНОЙ | 250 |  |  |  |  | 0 |
| (соль йодированная, лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории,масло сладко-сливочное несоленое, картофель, свекла, сметана 20%жирности, томатная паста) |
| 2012 | 315 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 180 |  | 6,6 | 0,1 | 60 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,5% жирности,картофель) |
| 2012 | 277 | РЫБА ЖАРЕНАЯ С ОВОЩАМИ | 80 | 0,3 |  | 2,1 | 10 | 0,4 |
| (морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, рыба минтайнеразделанный, масло подсолнечное рафинированое) |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,2 | 93 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 37 | 2,4 | 0,3 | 15,3 | 74 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **777** | **2,9** | **6,9** | **41,2** | **241** | **1,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | ЧАЙ | 200 |  |  |  |  | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая) |
| 2008 |  | КРЕНДЕЛЬ С САХАРОМ | 65 |  |  |  |  | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,5% жирности,мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечноерафинированое, сахар песок, дрожжи) |
| **Итого** | **265** |  |  |  |  | **0** |
| **Всего** | **14,6** | **22,4** | **106,3** | **688** | **2,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.