|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **23 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** |
| 2008 | 224 | СЫРНИКИ | 120 | 27,2 | 17,3 | 20,9 | 353 | 0,3 |
| (масло подсолнечное рафинированое, творог 5,0% жирности, яйцакуриные (шт.), крупа манная, сахар песок) |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ | 45 | 2,6 | 10,5 | 17,5 | 175 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавысш.сорт обог. микронутриентами) |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,9 | 2,4 | 14,3 | 91 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток) |
| **Итого** | **365** | **32,7** | **30,2** | **52,7** | **619** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 106 | 0,5 | 0,1 | 10,4 | 44 | 0,8 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **106** | **0,5** | **0,1** | **10,4** | **44** | **0,8** |
| **Обед** |
| 2012 | 118 | СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 5,4 | 4,7 | 20,6 | 147 | 7 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, пшено) |
| 2012 | 315 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 104 | 4,3 | 3,7 | 27,6 | 162 | 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 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **675** | **24,6** | **22,7** | **92,3** | **675** | **8,9** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛККА С ПОВИДЛОМ | 71 | 2,9 | 1,1 | 40,1 | 182 | 0,1 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами,повидло) |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **270** | **3,1** | **1,1** | **55,1** | **243** | **0,1** |
| **Всего** | **60,9** | **54,1** | **210,5** | **1581** | **10,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.