|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад №15" | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /А. А. Фокина/ | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **6 августа 2024 г.** | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 12 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 | 189 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | | | 180 | | 6,63 | | 9,06 | | 21,76 | | 196,22 | 0,78 |  |
| (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3,08 | | 1,20 | | 20,04 | | 103,60 | 0,00 |  |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |  |
| 2008 | 13 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | | | | 5 | | 0,05 | | 4,15 | | 0,05 | | 37,50 | 0,00 |  |
| (масло сладко-сливочное несоленое) | | | |  |
| 2012 | 395 | КАКАО НА МОЛОКЕ | | | | 200 | | 3,78 | | 4,04 | | 14,29 | | 109,60 | 0,68 |  |
| (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **425** | | **13,54** | | **18,45** | | **56,14** | | **446,92** | **1,46** |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | | | | 100 | | 0,40 | | 0,40 | | 9,80 | | 47,00 | 10,00 |  |
| (яблоки) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **100** | | **0,40** | | **0,40** | | **9,80** | | **47,00** | **10,00** |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | | | 50 | | 0,40 | | 0,05 | | 1,25 | | 6,97 | 4,98 |  |
| (огурцы грунтовые) | | | |  |
| 2008 | 84 | БОРЩ С МЯСОМ | | | | 200 | | 7,08 | | 7,70 | | 16,03 | | 162,45 | 17,80 |  |
| (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, говядина 1 категории, соль йодированная, свекла) | | | |  |
| 2008 | 181 | ГРЕЧА ОТВАРНАЯ | | | | 70 | | 4,26 | | 4,31 | | 19,23 | | 132,54 | 0,00 |  |
| (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |  |
| 2008 | 256 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ | | | | 70 | | 9,52 | | 7,21 | | 2,66 | | 129,07 | 7,03 |  |
| (говяжья печень, томатная паста, вода питьевая, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 50 | | 3,31 | | 0,44 | | 21,20 | | 101,98 | 0,00 |  |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |  |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И КУРАГИ | | | | 200 | | 0,39 | | 0,05 | | 14,04 | | 58,56 | 0,08 |  |
| (сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм), сушеные абрикосы без косточки (курага)) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **640** | | **24,96** | | **19,76** | | **74,41** | | **591,57** | **29,89** |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2012 | 477 | ПИРОГ С КАРТОФЕЛЕМ | | | | 70 | | 6,10 | | 6,05 | | 36,33 | | 224,40 | 4,28 |  |
| (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый) | | | |  |
| 2008 |  | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | | | | 180 | | 5,04 | | 4,50 | | 8,12 | | 101,72 | 1,26 |  |
| (йогурт 2,5% жирности) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **250** | | **11,14** | | **10,55** | | **44,45** | | **326,12** | **5,54** |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 | 141 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | | | | 200 | | 2,85 | | 7,24 | | 13,89 | | 133,00 | 18,42 |  |
| (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3,08 | | 1,20 | | 20,04 | | 103,60 | 0,00 |  |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |  |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | 0,12 | | 0,00 | | 7,98 | | 32,41 | 0,02 |  |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **440** | | **6,05** | | **8,44** | | **41,91** | | **269,01** | **18,44** |  |
| **Всего** | | | | | | | | **56,09** | | **57,60** | | **226,71** | | **1 680,62** | **65,33** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | |  |  |  | Ивина О.В. | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.