|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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, водапитьевая) |  |
| **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, водапитьевая, 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-сливочноенесоленое) |  |
| 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 подсолнечноерафинированое) |  |
| 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), сушеныеабрикосы 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.), водапитьевая, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лукрепчатый) |  |
| 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, маслоподсолнечное 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. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.