|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад №15" | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /А. А. Фокина/ | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **20 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 | 214 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | | | | 110/15 | | 8,18 | | 11,00 | | | 5,67 | 155,02 | 1,04 |
| (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, горошек зеленый консервы) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3,08 | | 1,20 | | | 20,04 | 103,60 | 0,00 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2008 | 13 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | | | | 10 | | 0,10 | | 8,30 | | | 0,10 | 75,00 | 0,00 |
| (масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 200 | | 3,78 | | 4,04 | | | 13,33 | 105,73 | 0,68 |
| (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **375** | | **15,14** | | **24,54** | | | **39,14** | **439,35** | **1,72** |
| **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 |  | СВЕЖИЙ ПОМИДОР | | | | 40 | | 0,44 | | 0,08 | | | 1,51 | 9,55 | 9,95 |
| (томаты грунтовые) | | | |
| 2008 | 103 | ЛАПША МЯСНАЯ | | | | 200 | | 8,88 | | 5,97 | | | 14,94 | 149,08 | 0,49 |
| (морковь, лук репчатый, яйца куриные (шт.), вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, говядина б/к) | | | |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ | | | | 180 | | 9,94 | | 9,21 | | | 9,04 | 160,64 | 29,83 |
| (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, говядина 1 категории) | | | |
| 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 | | 0,37 | | 0,06 | | | 15,91 | 66,24 | 0,14 |
| (сахар песок, вода питьевая, сушеные абрикосы без косточки (курага), слива сушеная (чернослив)) | | | |
| **Итого** | | | | | | **670** | | **22,94** | | **15,76** | | | **62,60** | **487,49** | **40,41** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ПРЯНИК | | | | 50 | | 2,95 | | 2,35 | | | 37,50 | 183,00 | 0,00 |
| (пряники заварные) | | | |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | | | | 200 | | 6,00 | | 0,20 | | | 8,00 | 62,00 | 2,00 |
| (кефир 2,5 % жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **250** | | **8,95** | | **2,55** | | | **45,50** | **245,00** | **2,00** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | | | | 200 | | 7,76 | | 8,82 | | | 26,81 | 218,71 | 0,78 |
| (крупа овсяная, 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 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | | 0,08 | | 0,06 | | | 21,05 | 82,42 | 0,25 |
| (сахар песок, вода питьевая, варенье, крахмал картофельный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **440** | | **10,92** | | **10,08** | | | **67,90** | **404,73** | **1,03** |
| **Всего** | | | | | | | | **58,35** | | **53,33** | | | **224,94** | **1 623,57** | **55,16** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | |  |  |  | Ивина О.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.