|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад №15" |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /А. А. Фокина/ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **27 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 МАННАЯ | 180 | 6,24 | 8,05 | 24,44 | 195,63 | 0,78 |  |
| (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахарпесок, 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 | 10 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 | 0,00 |  |
| (масло сладко-сливочное несоленое) |  |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 3,78 | 4,04 | 14,29 | 109,60 | 0,68 |  |
| (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, водапитьевая) |  |
| **Итого** | **410** | **13,20** | **21,59** | **58,87** | **483,83** | **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 | ЩИ С МЯСОМ | 200 | 5,46 | 7,06 | 11,46 | 131,85 | 13,12 |  |
| (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, водапитьевая, масло подсолнечное рафинированое, говядина 1 категории,соль йодированная) |  |
| 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 | 60 | 10,29 | 5,95 | 3,49 | 120,71 | 8,12 |  |
| (говяжья печень, томатная паста, вода питьевая, мука пшеничнаявысш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый,морковь) |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,31 | 0,44 | 21,20 | 101,98 | 0,00 |  |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |  |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ | 200 | 0,39 | 0,05 | 15,98 | 66,30 | 0,08 |  |
| (сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм), сушеныеабрикосы без косточки (курага)) |  |
| **Итого** | **630** | **24,11** | **17,86** | **72,61** | **560,35** | **26,30** |  |
| **Полдник** |  |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ | 50 | 2,95 | 2,35 | 37,50 | 183,00 | 0,00 |  |
| (пряники заварные) |  |
| 2008 |  | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,02 | 113,02 | 1,40 |  |
| (йогурт 2,5% жирности) |  |
| **Итого** | **250** | **8,55** | **7,35** | **46,52** | **296,02** | **1,40** |  |
| **Ужин** |  |
| 2008 | 141 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 190 | 4,05 | 7,47 | 23,49 | 178,49 | 23,17 |  |
| (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) |  |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО | 20 | 2,55 | 2,30 | 0,15 | 31,50 | 0,00 |  |
| (яйца куриные (шт.)) |  |
| **Итого** | **450** | **9,80** | **10,97** | **51,66** | **346,00** | **23,19** |  |
| **Всего** | **56,06** | **58,17** | **239,46** | **1 733,20** | **62,35** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  | Ивина О.В. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.