|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад №15" |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /А. А. Фокина/ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **29 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 180 | 6,73 | 9,25 | 25,12 | 211,54 | 0,78 |  |
| (крупа гречневая ядрица, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер.3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок) |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 | 0,00 |  |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |  |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 3,47 | 4,47 | 0,00 | 54,77 | 0,00 |  |
| (сыр российский) |  |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 0,08 | 6,64 | 0,08 | 60,00 | 0,00 |  |
| (масло сладко-сливочное несоленое) |  |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,81 | 4,13 | 11,80 | 100,56 | 0,68 |  |
| (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахарпесок) |  |
| **Итого** | **443** | **17,17** | **25,69** | **57,04** | **530,47** | **1,46** |  |
| **II Завтрак** |  |
| к/к | к/к | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 | 2,00 |  |
| (сок яблочный) |  |
| **Итого** | **100** | **0,50** | **0,10** | **10,10** | **43,00** | **2,00** |  |
| **Обед** |  |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ | 50 | 1,50 | 0,10 | 3,15 | 19,40 | 2,00 |  |
| (горошек зеленый консервы) |  |
| 2008 | 76 | БОРЩ С МЯСОМ | 180 | 6,37 | 6,17 | 17,51 | 151,67 | 14,89 |  |
| (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый,томатная паста, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная,говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированое) |  |
| 2008 | 209 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 90 | 3,23 | 4,39 | 20,56 | 134,64 | 0,00 |  |
| (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое) |  |
| 2008 | 312 | ГУЛЯШ | 70 | 9,62 | 13,65 | 3,49 | 175,14 | 0,76 |  |
| (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированое, морковь, мукапшеничная высш.сорт, вода питьевая, лук репчатый, томатная паста) |  |
| 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 | 0,06 | 14,53 | 60,98 | 0,15 |  |
| (сушеные абрикосы без косточки (курага), слива сушеная (чернослив),сахар песок, вода питьевая) |  |
| **Итого** | **640** | **24,42** | **24,81** | **80,44** | **643,81** | **17,80** |  |
| **Полдник** |  |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 50 | 1,40 | 1,65 | 38,65 | 177,00 | 0,00 |  |
| (вафли с фруктово-ягодной начинками) |  |
| 2008 | 435 | ЙОГУРТ | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,02 | 113,02 | 1,40 |  |
| (йогурт 2,5% жирности) |  |
| **Итого** | **250** | **7,00** | **6,65** | **47,67** | **290,02** | **1,40** |  |
| **Ужин** |  |
| 2008 | 247 | РЫБНОЕ СОТЕ | 160 | 12,68 | 5,89 | 2,20 | 112,49 | 0,68 |  |
| (рыба пикша, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочноенесоленое, яйца куриные (шт.), лук репчатый) |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 | 0,00 |  |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |  |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 6,05 | 24,67 | 0,02 |  |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) |  |
| **Итого** | **400** | **15,88** | **7,09** | **28,29** | **240,76** | **0,70** |  |
| **Всего** | **64,97** | **64,34** | **223,54** | **1 748,06** | **23,36** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  | Ивина О.В. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.