|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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, сахар песок) | | | |  |
| **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, мука пшеничная 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-сливочное несоленое, 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. | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.