|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад №15" |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /А. А. Фокина/ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **30 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** |
| 2012 | 414 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 180 | 7,91 | 8,03 | 26,38 | 210,31 | 0,78 |
| (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочноенесоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок) |
| 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 | 180 | 3,78 | 4,04 | 13,33 | 105,73 | 0,68 |
| (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2%жирности) |
| **Итого** | **410** | **14,87** | **21,57** | **59,85** | **494,64** | **1,46** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | 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** |
| 2008 | 99 | СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ | 200 | 10,41 | 7,45 | 22,78 | 199,93 | 5,44 |
| (горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, маслоподсолнечное рафинированое, говядина 1 категории, сольйодированная, картофель) |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 120 | 4,16 | 5,58 | 13,19 | 121,80 | 35,57 |
| (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь,лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, водапитьевая, масло подсолнечное рафинированое) |
| 2008 | 294 | ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60 | 14,39 | 16,16 | 1,07 | 207,13 | 0,10 |
| (говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.),молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированое) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,31 | 0,44 | 21,20 | 101,98 | 0,00 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 200 | 0,50 | 0,03 | 11,73 | 49,59 | 0,16 |
| (сахар песок, вода питьевая, сушеные абрикосы без косточки (курага)) |
| **Итого** | **630** | **32,77** | **29,66** | **69,97** | **680,43** | **41,27** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | КРЕКЕР | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 208,50 | 0,00 |
| (печенье сахарное мука высш.сорт) |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 6,10 | 5,30 | 10,10 | 113,00 | 3,00 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности) |
| **Итого** | **250** | **9,85** | **10,20** | **47,30** | **321,50** | **3,00** |
| **Ужин** |
| 2012 | 254 | РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ | 160 | 14,53 | 9,65 | 2,57 | 155,40 | 0,42 |
| (рыба пикша, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочноенесоленое, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое) |
| 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 | 7,02 | 28,54 | 0,02 |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) |
| **Итого** | **400** | **17,73** | **10,85** | **29,63** | **287,54** | **0,44** |
| **Всего** | **75,72** | **72,38** | **216,85** | **1 827,11** | **48,17** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  | Ивина О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.