|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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-сливочное несоленое, 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, масло подсолнечное рафинированое, говядина 1 категории, соль йодированная, 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, вода питьевая, 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-сливочное несоленое, 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. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.