|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад №15" | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /А. А. Фокина/ | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **5 апреля 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 | 204 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 130 | | 3,22 | | 3,58 | | 20,55 | | 127,38 | 0,00 |  |
| (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, масло сладко- сливочное несоленое) | | | |  |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО | | | | 20 | | 2,47 | | 2,24 | | 0,14 | | 30,59 | 0,00 |  |
| (яйца куриные (шт.)) | | | |  |
| 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 | | | | 200 | | 2,93 | | 3,10 | | 13,89 | | 96,01 | 0,52 |  |
| (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **400** | | **11,80** | | **18,42** | | **54,72** | | **432,58** | **0,52** |  |
| **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 | 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 | | 207,11 | 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 | | 13,66 | | 57,33 | 0,16 |  |
| (сахар песок, вода питьевая, сушеные абрикосы без косточки (курага)) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **630** | | **32,77** | | **29,66** | | **71,90** | | **688,15** | **41,27** |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2012 | 477 | ПИРОГ С КАРТОФЕЛЕМ | | | | 60 | | 5,89 | | 6,02 | | 34,43 | | 215,58 | 3,32 |  |
| (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый) | | | |  |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 190 | | 0,95 | | 0,19 | | 18,81 | | 81,70 | 3,80 |  |
| (сок яблочный) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **250** | | **6,84** | | **6,21** | | **53,24** | | **297,28** | **7,12** |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2012 | 414 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | | | | 210 | | 4,69 | | 5,12 | | 28,20 | | 177,38 | 0,09 |  |
| (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, сахар песок) | | | |  |
| 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** | | | | | | **450** | | **7,89** | | **6,32** | | **55,26** | | **309,52** | **0,11** |  |
| **Всего** | | | | | | | | **59,70** | | **61,01** | | **244,92** | | **1 774,53** | **59,02** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | |  |  |  | Ивина О.В. | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.