|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад №15" |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /А. А. Фокина/ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **11 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** |
| 2008 | 190 | КАША РИСОВАЯ | 180 | 5,93 | 8,91 | 27,55 | 215,14 | 0,78 |
| (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, маслосладко-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 | 13 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 | 0,00 |
| (масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 3,78 | 4,04 | 16,23 | 117,34 | 0,68 |
| (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, водапитьевая) |
| **Итого** | **410** | **12,89** | **22,45** | **63,92** | **511,08** | **1,46** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ГРУША | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | 5,00 |
| (груша) |
| **Итого** | **100** | **0,40** | **0,30** | **10,30** | **47,00** | **5,00** |
| **Обед** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,77 | 3,93 | 4,48 | 56,27 | 2,10 |
| (свекла, масло подсолнечное рафинированое) |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ | 200 | 4,96 | 7,94 | 8,76 | 126,49 | 4,49 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечноерафинированое, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, сольйодированная) |
| 2008 | 285 | ЁЖИКИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 100/40 | 13,24 | 16,44 | 10,64 | 243,56 | 0,76 |
| (индейка (грудки), вода питьевая, крупа рисовая, масло подсолнечноерафинированое, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый,томатная паста, яйца куриные (шт.)) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,31 | 0,44 | 21,20 | 101,98 | 0,00 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200 | 0,22 | 0,05 | 14,12 | 58,22 | 0,00 |
| (сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм)) |
| **Итого** | **640** | **22,50** | **28,80** | **59,20** | **586,52** | **7,35** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 208,50 | 0,00 |
| (печенье сахарное мука высш.сорт) |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | 0,08 | 0,06 | 22,27 | 87,36 | 0,24 |
| (сахар песок, вода питьевая, варенье, крахмал картофельный) |
| **Итого** | **250** | **3,83** | **4,96** | **59,47** | **295,86** | **0,24** |
| **Ужин** |
| 2008 | 247 | РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ | 210 | 21,18 | 9,52 | 6,20 | 195,39 | 0,62 |
| (рыба пикша, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), маслосладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт) |
| 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 И ЛИМОНОМ | 200 | 0,20 | 0,01 | 10,18 | 43,11 | 1,46 |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон) |
| **Итого** | **450** | **24,46** | **10,73** | **36,42** | **342,10** | **2,08** |
| **Всего** | **64,08** | **67,24** | **229,31** | **1 782,56** | **16,13** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  | Ивина О.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.