|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад "Алёнушка" | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Чуманова Юлия Александровна/ | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **13 мая 2025 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 10,5 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 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ | | | | 200 | | | 5,91 | | 7,16 | | 24,69 | 186,66 | 0,62 |
| (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | | 3,54 | | 2,91 | | 14,16 | 97,80 | 0,62 |
| (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ. СОРТ | | | | 40 | | | 3,05 | | 0,25 | | 20,07 | 94,73 | 0,00 |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |
| 2012 |  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | | 1,14 | | 1,46 | | 0,00 | 18,00 | 0,03 |
| (сыр голландский ) | | | |
| **Итого** | | | | | | **445** | | | **13,64** | | **11,78** | | **58,92** | **397,19** | **1,27** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 100 | | | 0,50 | | 0,10 | | 9,90 | 43,00 | 2,00 |
| (сок яблочный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | | | **0,50** | | **0,10** | | **9,90** | **43,00** | **2,00** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | | | | 60 | | | 1,14 | | 5,34 | | 4,62 | 71,40 | 4,20 |
| (икра из кабачков) | | | |
| 2012 | 82 | СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ | | | | 200/5 | | | 4,55 | | 8,08 | | 12,63 | 143,70 | 2,77 |
| (картофель, макаронные изделия , морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности) | | | |
| 2012 | 311 | СУФЛЕ КУРИНОЕ С РИСОМ | | | | 100 | | | 13,02 | | 16,31 | | 22,30 | 287,76 | 0,74 |
| (куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, соль йодированная) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(С Вит.С) | | | | 200 | | | 0,00 | | 0,00 | | 7,74 | 30,96 | 20,00 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ УРОЖАЙНЫЙ | | | | 50 | | | 3,31 | | 0,44 | | 21,20 | 101,98 | 0,00 |
| (хлеб урожайный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **615** | | | **22,02** | | **30,17** | | **68,49** | **635,80** | **27,71** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 447 | БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ | | | | 180/20 | | | 8,78 | | 11,65 | | 60,08 | 380,01 | 0,22 |
| (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, дрожжи, повидло) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | | 0,10 | | 0,00 | | 7,94 | 32,16 | 0,02 |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | | | | 100 | | | 0,40 | | 0,40 | | 9,78 | 46,90 | 9,98 |
| (яблоки) | | | |
| **Итого** | | | | | | **500** | | | **9,28** | | **12,05** | | **77,80** | **459,07** | **10,22** |
| **Всего** | | | | | | | | | **45,44** | | **54,10** | | **215,11** | **1 535,06** | **41,20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| диетсестра | | | |  |  |  | Козлова Валентина Анатольевна | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.