|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **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, сольйодированная, 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, водапитьевая) |
| 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 СОСМЕТАНОЙ | 200/5 | 4,55 | 8,08 | 12,63 | 143,70 | 2,77 |
| (картофель, макаронные изделия , морковь, лук репчатый, маслоподсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная,масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, сметана15% 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.), маслосладко-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, водапитьевая) |
| 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.), сахарпесок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молокопастер. 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 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.