|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад "Алёнушка" |
|  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Чуманова Юлия Александровна/ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **13 мая 2025 г.** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Ясли 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 | 150 | 5,41 | 7,37 | 21,27 | 173,10 | 0,62 |
| (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сольйодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 3,52 | 2,91 | 13,38 | 94,53 | 0,62 |
| (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, водапитьевая) |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ.СОРТ | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) |
| 2012 |  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 1,26 | 1,62 | 0,00 | 19,99 | 0,04 |
| (сыр голландский ) |
| **Итого** | **335** | **12,48** | **12,09** | **49,70** | **358,67** | **1,28** |
| **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 | 40 | 0,76 | 3,55 | 3,07 | 47,48 | 2,79 |
| (икра из кабачков) |
| 2012 | 82 | СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ СОСМЕТАНОЙ | 150/5 | 4,27 | 7,12 | 10,87 | 127,07 | 2,61 |
| (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 | 13,13 | 17,01 | 22,31 | 294,42 | 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(ВИТ. С) | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,10 | 28,37 | 14,00 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, водапитьевая) |
| 2008 |  | ХЛЕБ УРОЖАЙНЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| (хлеб урожайный) |
| **Итого** | **475** | **20,15** | **27,94** | **56,07** | **558,53** | **20,14** |
| **Полдник** |
| 2012 | 447 | БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ | 150/15 | 7,40 | 8,70 | 45,96 | 291,66 | 0,19 |
| (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 | 150 | 0,11 | 0,00 | 7,31 | 29,64 | 0,02 |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,77 | 46,87 | 9,97 |
| (яблоки) |
| **Итого** | **415** | **7,91** | **9,10** | **63,04** | **368,17** | **10,18** |
| **Всего** | **41,04** | **49,23** | **178,71** | **1 328,37** | **33,60** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| диетсестра |  |  |  | Козлова Валентина Анатольевна |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.