|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад "Алёнушка" | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Чуманова Юлия Александровна/ | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **2 июля 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | | | | 200 | | | 6,10 | | 7,55 | | 28,52 | 207,09 | 0,62 |  |
| (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок) | | | |  |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | | 3,75 | | 3,13 | | 13,49 | 98,19 | 0,62 |  |
| (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ. СОРТ | | | | 40 | | | 3,05 | | 0,25 | | 20,07 | 94,73 | 0,00 |  |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |  |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | | 0,03 | | 4,22 | | 0,04 | 38,23 | 0,00 |  |
| (масло сладко-сливочное несоленое) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **445** | | | **12,93** | | **15,15** | | **62,12** | **438,24** | **1,24** |  |
| **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 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ | | | | 200/5 | | | 4,25 | | 8,13 | | 7,65 | 123,34 | 8,22 |  |
| (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная) | | | |  |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТЫ | | | | 70 | | | 10,87 | | 12,19 | | 12,89 | 204,51 | 0,70 |  |
| (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничный высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, соль йодированная) | | | |  |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 150 | | | 3,88 | | 5,79 | | 22,29 | 157,38 | 10,34 |  |
| (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | | | |  |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(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** | | | | | | **675** | | | **22,31** | | **26,55** | | **71,77** | **618,17** | **39,26** |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ | | | | 200 | | | 5,54 | | 7,25 | | 21,25 | 173,25 | 0,62 |  |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия , масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ. СОРТ | | | | 40 | | | 3,05 | | 0,25 | | 20,07 | 94,73 | 0,00 |  |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |  |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | | 0,11 | | 0,00 | | 7,97 | 32,34 | 0,02 |  |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | | | |  |
| 2012 | 469 | БУЛОЧКА С ТВОРОГОМ | | | | 80 | | | 12,52 | | 12,71 | | 38,77 | 299,94 | 0,22 |  |
| (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое, творог 9%жирности, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **520** | | | **21,22** | | **20,21** | | **88,06** | **600,26** | **0,86** |  |
| **Всего** | | | | | | | | | **56,96** | | **62,01** | | **231,85** | **1 699,67** | **43,36** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| диетсестра | | | |  |  |  | Козлова Валентина Анатольевна | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.