|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад "Алёнушка" | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Чуманова Юлия Александровна/ | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **2 июля 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | | | | 150 | | | 5,19 | | 7,28 | | 21,11 | 171,37 | 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 | | | | 150 | | | 3,77 | | 3,15 | | 12,20 | 93,34 | 0,62 |  |
| (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ.СОРТ | | | | 30 | | | 2,29 | | 0,19 | | 15,05 | 71,05 | 0,00 |  |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |  |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | | 0,03 | | 4,13 | | 0,04 | 37,40 | 0,00 |  |
| (масло сладко-сливочное несоленое) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **335** | | | **11,28** | | **14,75** | | **48,40** | **373,16** | **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 | | | | 150/5 | | | 3,98 | | 6,42 | | 6,83 | 103,47 | 6,50 |  |
| (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 | | | | 60 | | | 10,23 | | 10,15 | | 12,84 | 183,35 | 0,68 |  |
| (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничный высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, соль йодированная) | | | |  |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 120 | | | 3,36 | | 4,09 | | 19,91 | 130,28 | 9,33 |  |
| (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | | | |  |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(ВИТ. С) | | | | 150 | | | 0,00 | | 0,00 | | 6,45 | 25,80 | 14,00 |  |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ УРОЖАЙНЫЙ | | | | 30 | | | 1,99 | | 0,26 | | 12,72 | 61,19 | 0,00 |  |
| (хлеб урожайный) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **515** | | | **19,56** | | **20,92** | | **58,75** | **504,09** | **30,51** |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ | | | | 150 | | | 5,01 | | 7,11 | | 17,50 | 154,77 | 0,62 |  |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия , масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ.СОРТ | | | | 30 | | | 2,29 | | 0,19 | | 15,05 | 71,05 | 0,00 |  |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |  |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 150 | | | 0,10 | | 0,00 | | 6,65 | 27,00 | 0,02 |  |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | | | |  |
| 2012 | 469 | БУЛОЧКА С ТВОРОГОМ | | | | 70 | | | 13,76 | | 10,54 | | 34,45 | 267,94 | 0,22 |  |
| (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, творог 9%жирности, масло сладко- сливочное несоленое) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **400** | | | **21,16** | | **17,84** | | **73,65** | **520,76** | **0,86** |  |
| **Всего** | | | | | | | | | **52,50** | | **53,61** | | **190,70** | **1 441,01** | **34,61** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| диетсестра | | | |  |  |  | Козлова Валентина Анатольевна | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.