|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **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-сливочноенесоленое, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахарпесок) |  |
| 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, сахарпесок) |  |
| 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, горошекзеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая,куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, масло подсолнечноерафинированое, 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, сольйодированная) |  |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 3,36 | 4,09 | 19,91 | 130,28 | 9,33 |  |
| (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочноенесоленое, 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, водапитьевая) |  |
| 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.), сольйодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, маслоподсолнечное 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 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.