|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад "Алёнушка" | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Чуманова Юлия Александровна/ | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **4 апреля 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 | | | 6,08 | | 7,46 | | 28,29 | 205,24 | 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 | | | 3,74 | | 3,13 | | 13,57 | 98,43 | 0,62 |  |
| (какао-порошок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ.СОРТ | | | | 30 | | | 2,29 | | 0,19 | | 15,05 | 71,05 | 0,00 |  |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |  |
| 2012 |  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | | 1,19 | | 1,52 | | 0,00 | 18,75 | 0,04 |  |
| (сыр голландский ) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **435** | | | **13,30** | | **12,30** | | **56,91** | **393,47** | **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** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2012 |  | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) | | | | 50 | | | 1,20 | | 3,07 | | 4,30 | 49,71 | 1,96 |  |
| (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый) | | | |  |
| 2008 | 99 | СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | | | | 200/5 | | | 9,08 | | 8,00 | | 17,40 | 180,30 | 2,67 |  |
| (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко- сливочное несоленое, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, говядина б/к, соль йодированная, сметана 15% жирности) | | | |  |
| 2008 | 282 | РУЛЕТ ИЗ КУРИЦЫ С ЯЙЦОМ И ЛУКОМ | | | | 100 | | | 13,02 | | 20,23 | | 10,72 | 276,81 | 0,76 |  |
| (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничный высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лук репчатый) | | | |  |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(С Вит.С) | | | | 200 | | | 0,00 | | 0,00 | | 7,82 | 31,26 | 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** | | | | | | **605** | | | **26,61** | | **31,74** | | **61,44** | **640,06** | **25,39** |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 | 235 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО- РУССКИ | | | | 180 | | | 13,64 | | 12,13 | | 13,07 | 216,98 | 6,52 |  |
| (рыба минтай филе, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сыр голландский , соль йодированная, лук репчатый, морковь) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ.СОРТ | | | | 30 | | | 2,29 | | 0,19 | | 15,05 | 71,05 | 0,00 |  |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |  |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | | | 0,00 | | 0,00 | | 23,40 | 93,59 | 0,00 |  |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая) | | | |  |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 15 | | | 1,15 | | 1,51 | | 11,44 | 64,13 | 0,00 |  |
| (печенье ) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **425** | | | **17,08** | | **13,83** | | **62,96** | **445,75** | **6,52** |  |
| **Всего** | | | | | | | | | **57,49** | | **57,97** | | **191,21** | **1 522,28** | **35,19** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| диетсестра | | | |  |  |  | Козлова Валентина Анатольевна | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.