|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад № 15 "Малыш" | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Степанова Ольга Александровна/ | | | | | | | |
|  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **4 апреля 2024 г.** | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 10 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 | 112 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ | | | 130 | | 4,1 | | 5,1 | | 15,7 | 126 | 0,5 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная) | | |
| 2012 | 394 | ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ | | | 150 | | 2,2 | | 1,8 | | 13,9 | 81 | 0,4 |
| (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | 40 | | 5 | | 9,1 | | 10,6 | 145 | 0,1 |
| (сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | |
| **Итого** | | | | | **320** | | **11,3** | | **16** | | **40,2** | **352** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БАНАН | | | 47 | | 0,7 | | 0,2 | | 9,9 | 45 | 4,7 |
| (банан) | | |
| **Итого** | | | | | **47** | | **0,7** | | **0,2** | | **9,9** | **45** | **4,7** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| 1997 | 71 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ | | | 40 | | 0,4 | | 2 | | 3,8 | 37 | 1,1 |
| (морковь, яблоки, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое) | | |
| 2008 | 436 | ЛИМОННЫЙ НАПИТОК | | | 150 | | 0,1 | |  | | 11,1 | 45 | 1 |
| (лимон, сахар песок) | | |
| 2012 | 62 | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | | | 150 | | 5,5 | | 6,2 | | 8 | 112 | 7,8 |
| (свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, петрушка (зелень), сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, говядина б/к, лавровый лист) | | |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | 110 | | 12,3 | | 3,1 | | 25,8 | 181 | 0 |
| (горох лущеный, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | | |
| 2008 | 271 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | 60 | | 9,1 | | 10,1 | | 9,6 | 165 | 0,3 |
| (говядина б/к, молоко пастер. 2,5% жирности, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, соль йодированная, яйца куриные (шт.)) | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | 33 | | 2,2 | | 0,3 | | 14,1 | 68 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | |
| **Итого** | | | | | **543** | | **29,6** | | **21,7** | | **72,4** | **608** | **10,2** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ | | | 50 | | 3,6 | | 4,8 | | 17,7 | 130 | 2,7 |
| (дрожжи, мука пшеничная высш.сорт, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | | |
| 2008 | 405 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | 16,7 | 68 | 0,9 |
| (яблоки, сахар песок, лимонная кислота) | | |
| **Итого** | | | | | **200** | | **3,7** | | **4,9** | | **34,4** | **198** | **3,6** |
| **Всего** | | | | | | | **45,3** | | **42,8** | | **156,9** | **1203** | **19,5** |

.