|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  | **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, маслосладко-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 СЛИВОЧНЫММАСЛОМ | 40 | 5 | 9,1 | 10,6 | 145 | 0,1 |
| (сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезнойпшен.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, сольйодированная) |
| 2008 | 271 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60 | 9,1 | 10,1 | 9,6 | 165 | 0,3 |
| (говядина б/к, молоко пастер. 2,5% жирности, батон нарезнойпшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочноенесоленое, 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, маслоподсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), сахар песок, молокопастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сольйодированная) |
| 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** |

.