|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **C:\Users\admin\Desktop\1.jpegУтверждаю**ЗаведующийМБДОУ №38\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю../ |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **16 августа 2023 г.** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 12 часов** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-****ник****рецеп-****тур** | **№****техн.****карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** | **Вита-****мин****С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле-****воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2008 | 212 | ЛАПШЕВНИК С СЫРОМЗАПЕЧЕННЫЙ | 175 | 7,1 | 9 | 43,8 | 237 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,5 |  | 41 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,2 | 3,2 | 19 | 119 | 0,5 |
| **Итого** | **400** | **13,3** | **16,9** | **82,3** | **489** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ | 180 | 1,9 | 4,8 | 11,5 | 137 | 8,2 |
| 2008 | 260 | АЗУ | 200 | 13,4 | 29,3 | 25,2 | 319 | 11,9 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | 180 | 0,2 | 0,1 | 11,7 | 49 | 14,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **610** | **15,5** | **34,2** | **48,4** | **505** | **34,5** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,5 | 6,1 | 8,9 | 114 | 1 |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 3,3 | 6,7 | 31,3 | 197 | 0 |
| **Итого** | **250** | **8,8** | **12,8** | **40,2** | **311** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 3,6 | 4,5 | 38,2 | 158 | 0 |
| 2008 | 243 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ | 70 | 7,9 | 4,3 | 5,9 | 94 | 0,7 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 50 | 0,6 | 2 | 3,1 | 34 | 0,9 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,2 | 0,3 | 21,1 | 100 | 0 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,6 | 0,3 | 23,2 | 109 | 72,5 |
| **Итого** | **490** | **15,9** | **11,4** | **91,5** | **495** | **74,1** |
| **Всего** | **53,5** | **75,3** | **262,4** | **1800** | **110,2** |
|  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\ю.jpeg |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.