|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю../ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **4 сентября 2023 г.** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Ясли 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 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 150 | 4,5 | 6,8 | 21,7 | 166 | 0,5 |
| 2012 | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 150 | 1,9 | 2 | 14,4 | 83 | 0,1 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 5 |  | 45 | 0 |
| **Итого** | **335** | **8,6** | **14** | **50,7** | **363** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 150 | 3,6 | 6 | 7,6 | 102 | 3,9 |
| 2012 | 316 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 110 | 2,7 | 3,6 | 28,4 | 157 | 0 |
| 2012 | 286 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ | 50 | 8,3 | 13 | 8 | 182 | 0,7 |
| 2012 | 357 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ ИЛУКОМ | 20 | 0,6 | 1 | 2,7 | 24 | 0,6 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,4 | 0,1 | 19,2 | 81 | 0,2 |
| **Итого** | **520** | **15,6** | **23,7** | **65,9** | **546** | **5,4** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 30 | 1,1 | 0,9 | 13,7 | 67 | 0 |
| **Итого** | **200** | **5,9** | **6,1** | **21,5** | **166** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 160 | 11,9 | 26,7 | 15,4 | 352 | 20,9 |
| 2008 | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,3 | 0,6 | 1,3 | 13 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 150 | 0,1 |  | 21,5 | 86 | 0 |
| **Итого** | **360** | **14,5** | **27,5** | **52,8** | **520** | **20,9** |
| **Всего** | **44,6** | **71,3** | **190,9** | **1595** | **27,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.