|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **27 марта 2024 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 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 180 | 23,4 | 17,5 | 25,8 | 362 | 0,2 |
| 2012 | 351 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 1 | 2,8 | 6,7 | 56 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,3 | 19,9 | 94 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 2,8 | 15,3 | 98 | 0,5 |
| **Итого** | **455** | **30,2** | **27,6** | **67,7** | **648** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 0 |
| **Итого** | **150** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **46** | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ | 50 | 1 | 5,8 | 3,5 | 71 | 1,4 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 180 | 3,8 | 8 | 13 | 144 | 8,7 |
| 2008 | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 130 | 3,2 | 4 | 33,3 | 181 | 0 |
| 2012 | 274 | МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ ВСОУСЕ | 100 | 10,2 | 26 | 3,6 | 291 | 1,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| 2012 | 375 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | 180 | 0,3 | 0,1 | 19,4 | 81 | 21,7 |
| **Итого** | **690** | **21,8** | **44,5** | **94,3** | **869** | **33** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 491 | ПОЛОСКА ПЕСОЧНАЯ СПОВИДЛОМ | 50 | 5,3 | 11,9 | 54,6 | 346 | 0 |
| **Итого** | **250** | **10,9** | **18,1** | **63,7** | **462** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | 10,9 | 24,1 | 17,8 | 333 | 9,2 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 10,2 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | **420** | **14** | **24,3** | **47,5** | **467** | **10** |
| **Всего** | **77,4** | **114,6** | **283,3** | **2492** | **44,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.