|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **3 апреля 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 | | | | 160 | | 23,1 | | 16,2 | | | 21,6 | 332 | 0,2 |
| 2008 | | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | | | | 30 | | 0,6 | | 1,7 | | | 4 | 33 | 0,1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,2 | | |  | 38 | 0 |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 2,6 | | 2,9 | | | 22,4 | 127 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **415** | | **29,3** | | **25,2** | | | **67,5** | **622** | **0,4** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | | | 50 | | 0,3 | |  | | | 0,9 | 5 | 3,7 |
| 2012 | | 85/120 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ | | | | 180 | | 5,4 | | 7,2 | | | 21,6 | 173 | 3,2 |
| 2008 | | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | | | | 130 | | 13,3 | | 4,7 | | | 27,8 | 206 | 0 |
| 2012 | | 277 | ГУЛЯШ | | | | 100 | | 11,5 | | 29,6 | | | 4,7 | 332 | 1,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,3 | | 0,2 | | | 21,6 | 90 | 2,8 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **30,8** | | **41,7** | | | **76,6** | **806** | **11,5** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ | | | | 200 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | | | | 200 | | 5,7 | | 6,3 | | | 9,2 | 118 | 1 |
| 2012 | | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | | | | 50 | | 3,9 | | 4,2 | | | 28,4 | 169 | 0 |
|  | |  | СНЕЖОК | | | | 200 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **650** | | **9,6** | | **10,5** | | | **37,6** | **287** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | | | | 200 | | 3,9 | | 13,4 | | | 23 | 230 | 23,9 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 11,6 | 48 | 0,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **7** | | **13,6** | | | **54,1** | **370** | **24,7** |
| **Всего** | | | | | | | | | **76,7** | | **91** | | | **235,8** | **2085** | **37,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.