|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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 КЛЕЦКАМИИ 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. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.