|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | И.о.Заведующего | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 июля 2025 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 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 130 | | 13 | | 16,5 | | | 5,6 | 224 | 0,6 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3,4 | | 0,3 | | | 22,1 | 104 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,2 | | |  | 38 | 0 |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 200 | | 3,8 | | 3,9 | | | 24,7 | 149 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **375** | | **20,2** | | **24,9** | | | **52,4** | **515** | **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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | | | | 50 | | 1 | | 2,5 | | | 5,3 | 49 | 8,5 |
| 2012 | | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | | | | 180 | | 2,2 | | 5,9 | | | 14,1 | 120 | 5,7 |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | | 3,2 | | 5,7 | | | 21,4 | 150 | 10,3 |
| 2012 | | 251 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | | | 100 | | 14,6 | | 11,5 | | | 4 | 182 | 0,2 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | | 21,5 | 101 | 0 |
| 2008 | | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | | 18,2 | 76 | 1,5 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **24,4** | | **26,3** | | | **84,5** | **678** | **26,2** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | | | | 200 | | 5,7 | | 6,3 | | | 9,2 | 118 | 1 |
| 2012 | | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | | | | 50 | | 4,4 | | 7,5 | | | 30,9 | 208 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **10,1** | | **13,8** | | | **40,1** | **326** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 211 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | | | | 200 | | 5,8 | | 6,1 | | | 37,3 | 228 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,2 | |  | | | 15,1 | 62 | 1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **9** | | **6,3** | | | **71,9** | **382** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | | **64,2** | | **71,4** | | | **259** | **1947** | **29** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.