|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | И.о.Заведующего |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 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** |
| 2012 | 413 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 180 | 5,9 | 8,9 | 24,7 | 202 | 0,6 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,6 | 88 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,9 | 2,8 | 15,6 | 100 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **11,6** | **16** | **58,9** | **427** | **1,1** |
| **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 | 6,1 | 3,5 | 74 | 1,4 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 180 | 3,8 | 8 | 13,3 | 146 | 8,8 |
| 2008 | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 130 | 2,6 | 3,9 | 27,3 | 154 | 0 |
| 2012 | 274 | МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ ВСОУСЕ | 100 | 10,2 | 26,2 | 3,6 | 292 | 1,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 13,1 | 52 | 0 |
| **Итого** | **690** | **20,9** | **44,8** | **82,3** | **819** | **11,4** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| к/к | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ | 70 | 5,6 | 7,3 | 44,9 | 268 | 0 |
| **Итого** | **270** | **11,2** | **13,5** | **54** | **384** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 4,2 | 5,6 | 17,4 | 139 | 37,3 |
| 2008 | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 70 | 10,2 | 26,3 | 0,9 | 281 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | 0,1 |  | 31,1 | 124 | 0 |
| **Итого** | **440** | **17,5** | **32,1** | **68,9** | **636** | **37,7** |
| **Всего** | **61,7** | **106,5** | **274,2** | **2312** | **51,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.