|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | И.о.Заведующего |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **16 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 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ | 180 | 5,7 | 8,5 | 23,3 | 194 | 0,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,3 | 20,2 | 95 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 180 | 2,7 | 2,9 | 22 | 125 | 0,1 |
| **Итого** | **405** | **11,5** | **15,8** | **65,5** | **451** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,3 |  | 7,5 | 28 | 0 |
| **Итого** | **150** | **0,3** |  | **7,5** | **28** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,4 |  | 1,2 | 7 | 5 |
| 2012 | 85/120 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 180 | 5,4 | 7,1 | 21,4 | 170 | 3,1 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 130 | 13,4 | 4,4 | 28 | 205 | 0 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ | 100 | 12,3 | 31,8 | 4,1 | 353 | 1,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,4 | 0,1 | 24,9 | 103 | 0 |
| **Итого** | **690** | **31,9** | **43,4** | **79,6** | **838** | **9,3** |
| **Полдник** |
|  |  | РЯЖЕНКА | 200 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,1 | 4,2 | 28,7 | 169 | 0 |
| **Итого** | **450** | **9,7** | **10,4** | **37,8** | **285** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 200 | 3,6 | 13,4 | 21,8 | 223 | 22,3 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 0,2 | 1 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | **420** | **6,7** | **13,6** | **41,5** | **316** | **22,3** |
| **Всего** | **60,1** | **83,2** | **231,9** | **1918** | **33,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.