|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | И.о.Заведующего | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9 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 | | 6 | | 10 | | | 25,1 | 215 | 0,5 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 5,4 | | | 0,1 | 49 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3,1 | | 0,3 | | | 20,2 | 95 | 0 |
| 2012 | | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 2,9 | | 2,7 | | | 15,6 | 99 | 0,4 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **12** | | **18,4** | | | **61** | **458** | **0,9** |
| **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 ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | | | | 50 | | 1 | | 5,5 | | | 3,5 | 69 | 1,4 |
| 2008 | | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ | | | | 180 | | 3,9 | | 8,2 | | | 14,1 | 154 | 9,2 |
| 2008 | | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | | | | 130 | | 3,3 | | 3,9 | | | 34,5 | 186 | 0 |
| 2012 | | 274 | МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ | | | | 100 | | 10,2 | | 26 | | | 3,5 | 290 | 1,1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | | 21,5 | 101 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 | |  | |  | | | 13,1 | 53 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **21,7** | | **44,2** | | | **90,2** | **853** | **11,7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,7 | | 6,3 | | | 9,3 | 119 | 1,1 |
| к/к | | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ | | | | 70 | | 5,9 | | 7,4 | | | 45 | 270 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **270** | | **11,6** | | **13,7** | | | **54,3** | **389** | **1,1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | | | 150 | | 2,2 | | 5,3 | | | 12,1 | 106 | 16,3 |
| 2008 | | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | | | | 70 | | 10,2 | | 25,8 | | | 0,8 | 276 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | |  | ФРУКТ СВЕЖИЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 32,5 | 131 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **540** | | **15,5** | | **31,3** | | | **64,9** | **605** | **16,7** |
| **Всего** | | | | | | | | | **61,3** | | **107,7** | | | **280,5** | **2351** | **30,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.