|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | И.о.Заведующего | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 июля 2025 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Ясли 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 | | 12,7 | | 16,1 | | | 5,2 | 217 | 0,5 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | 0,1 | | 8,9 | | | 0,1 | 80 | 0 |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 150 | | 2,6 | | 2,7 | | | 17,9 | 108 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **315** | | **17,6** | | **27,9** | | | **37,8** | **474** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,1 | 46 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,1** | **46** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | | | | 150 | | 1,8 | | 4 | | | 11,8 | 94 | 4,9 |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 100 | | 2,5 | | 4,2 | | | 16,5 | 115 | 8 |
| 2012 | | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | | | 80 | | 9,5 | | 4,8 | | | 3 | 97 | 0,1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,6 | | | 17,2 | 80 | 0 |
| 2012 | | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | | 13,7 | 57 | 1,3 |
| **Итого** | | | | | | | **520** | | **16,5** | | **13,7** | | | **62,2** | **443** | **14,3** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | | | | 50 | | 3,8 | | 6,9 | | | 26,9 | 184 | 0 |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,5 | | 4,9 | | | 7,2 | 92 | 0,8 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **8,3** | | **11,8** | | | **34,1** | **276** | **0,8** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 207 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | | | | 160 | | 4,3 | | 6,4 | | | 27,4 | 185 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 150 | | 0,1 | |  | | | 10 | 41 | 0,7 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **340** | | **6,6** | | **6,6** | | | **52** | **295** | **0,7** |
| **Всего** | | | | | | | | | **49,5** | | **60,1** | | | **196,2** | **1534** | **16,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.