|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | И.о.Заведующего |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 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** |
| 2012 | 413 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 160 | 5 | 7,3 | 20,2 | 168 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 2,6 | 2,5 | 12,2 | 82 | 0,4 |
| **Итого** | **345** | **9,8** | **14** | **47** | **356** | **0,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,1 |  | 7 | 40 | 0 |
| **Итого** | **100** | **0,1** |  | **7** | **40** | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ | 30 | 0,7 | 4,6 | 2,6 | 55 | 1 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 160 | 2,8 | 7,3 | 9,5 | 118 | 6,4 |
| 2008 | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 100 | 2,5 | 3 | 27 | 146 | 0 |
| 2012 | 274 | МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ ВСОУСЕ | 80 | 9,5 | 25,3 | 2,8 | 277 | 1,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,5 | 17,2 | 81 | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 13,2 | 53 | 0 |
| **Итого** | **590** | **18,1** | **40,7** | **72,3** | **730** | **8,6** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| к/к | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ | 50 | 6 | 5,4 | 35,9 | 216 | 0,2 |
| **Итого** | **220** | **10,8** | **10,6** | **43,7** | **315** | **1,1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | 3,1 | 4,8 | 13,6 | 112 | 27,9 |
| 2008 | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 60 | 9,2 | 23,8 | 0,7 | 253 | 0,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 150 | 0,1 |  | 21,1 | 84 | 0 |
| **Итого** | **370** | **14,6** | **28,8** | **50** | **518** | **28,2** |
| **Всего** | **53,4** | **94,1** | **220** | **1959** | **38,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.