|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | И.о.Заведующего |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ | 155 | 4,8 | 7,9 | 19,8 | 170 | 0,4 |
| 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 | 2,8 | 3 | 21 | 123 | 0,1 |
| **Итого** | **340** | **9,9** | **20** | **55,5** | **442** | **0,5** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,1 | 0,1 | 5,9 | 23 | 1 |
| **Итого** | **100** | **0,1** | **0,1** | **5,9** | **23** | **1** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 |  | 0,8 | 4 | 3 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 150 | 4,6 | 6,5 | 20,2 | 157 | 4,3 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 100 | 8,9 | 3,2 | 18,5 | 140 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 80 | 10,6 | 27,5 | 5,6 | 312 | 1,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,5 | 17,2 | 80 | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,4 | 0,1 | 21,9 | 90 | 0 |
| **Итого** | **550** | **27,3** | **37,8** | **84,2** | **783** | **8,7** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 5 | 5,5 | 8,1 | 104 | 0,9 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,1 | 4,4 | 28,3 | 169 | 0 |
| **Итого** | **200** | **9,1** | **9,9** | **36,4** | **273** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 150 | 2,7 | 10,1 | 18,6 | 177 | 14 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0,1 |  | 8,9 | 36 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **335** | **5** | **10,3** | **42,1** | **282** | **14** |
| **Всего** | **51,4** | **78,1** | **224,1** | **1803** | **25,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.