|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | И.о.Заведующего | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ №38 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Берестова Н.Ю./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **31 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 | | 234 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | | | | 130 | | 37 | | 22,2 | | | 19,7 | 435 | 0,4 |
| 2008 | | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | | | | 30 | | 0,6 | | 2,1 | | | 5,2 | 42 | 0,1 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,3 | | |  | 39 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 1,5 | | 0,1 | | | 9,7 | 46 | 0 |
| к/к | | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 160 | | 2,8 | | 2,8 | | | 27,5 | 147 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **355** | | **41,9** | | **31,5** | | | **62,1** | **709** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | | | | 30 | | 0,2 | | 1,6 | | | 4 | 32 | 0,7 |
| 2012 | | 63 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | | | | 150 | | 2,8 | | 3,4 | | | 11,4 | 88 | 4,3 |
| 2008 | | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | | | 100 | | 1,9 | | 4,9 | | | 15,7 | 115 | 8 |
| 2008 | | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | | | 80 | | 9 | | 4,4 | | | 2 | 84 | 1,2 |
| 2012 | | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | | 12,8 | 52 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,2 | | | 17,2 | 80 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **16,6** | | **14,6** | | | **63,1** | **451** | **14,6** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,1 | | 4,6 | | | 6,7 | 85 | 0,8 |
| 2008 | | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | | | | 50 | | 3,7 | | 6,5 | | | 33,7 | 206 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **7,8** | | **11,1** | | | **40,4** | **291** | **0,8** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 150 | | 5,4 | | 4,9 | | | 34,7 | 204 | 0 |
| 2008 | | 314 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ | | | | 60 | | 1 | | 6,1 | | | 5 | 79 | 0,3 |
| 2008 | | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ | | | | 20 | | 0,3 | | 0,8 | | | 1,3 | 16 | 0 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | | | 170 | |  | |  | | | 24,5 | 98 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **430** | | **8,9** | | **12** | | | **80,1** | **466** | **0,3** |
| **Всего** | | | | | | | | | **75,2** | | **69,2** | | | **245,7** | **1917** | **16,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.