

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

Заведующий
Будакова Н.В.



МЕНЮ

3 сентября 2026 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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	155	14,78	13,51	37,64	333,66	1,49
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,56	2,56	13,16	85,54	0,38
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,63	4,44	9,86	86,07	0,00
Итого			360	18,97	20,51	60,66	505,27	1,87
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,00	7,28	30,93	70,76
Итого			100	0,49	0,00	7,28	30,93	70,76
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,52	3,06	2,89	41,05	1,51
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,45	6,12	1,59	75,28	0,92
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С РИСОМ	150	2,71	4,28	16,34	115,65	18,09
2012	292	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	7,77	8,35	6,76	133,80	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,07	0,07	16,15	65,58	0,70
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,87	0,25	9,69	51,30	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,07	0,22	13,88	67,18	0,00
Итого			660	18,46	22,35	67,30	549,84	21,22
Уплотненный полдник								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,87	0,06	1,82	11,22	2,81
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	1,99	3,39	12,26	87,36	5,83
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,85	8,26	35,26	234,31	0,13
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	9,89	40,00	0,02
Итого			400	7,82	11,71	59,23	372,89	8,79
Всего				45,74	54,57	194,47	1 458,93	102,64

Перфилова А.О.

Руденко О.В., Федотова Т.А.