

Утверждаю

Заведующий  
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара  
Гриднева Е.В./

# **МЕНЮ** **3 февраля 2025 г.**

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 145   | 4,69              | 6,80    | 13,72            | 135,88                                   | 0,26                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                      | 20    | 1,60              | 0,20    | 9,82             | 47,60                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 5     | 0,05              | 4,15    | 0,05             | 37,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                           | 210   | 2,82              | 2,81    | 10,78            | 80,07                                    | 0,22                  |
| Итого                         |                     |                                            | 380   | 9,16              | 13,96   | 34,37            | 301,05                                   | 0,48                  |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                     | 50    | 0,18              | 0,18    | 4,37             | 20,06                                    | 4,46                  |
| Итого                         |                     |                                            | 50    | 0,18              | 0,18    | 4,37             | 20,06                                    | 4,46                  |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 28                  | МОРКОВЬ С САХАРОМ                          | 39    | 0,47              | 0,81    | 4,48             | 27,16                                    | 1,83                  |
| 2008                          | 89                  | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ           | 180   | 1,94              | 1,24    | 13,16            | 71,79                                    | 5,48                  |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                              | 99    | 11,12             | 12,79   | 27,12            | 270,80                                   | 1,68                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20    | 2,06              | 0,22    | 13,80            | 66,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 40    | 2,64              | 0,35    | 13,68            | 72,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                     | 150   | 0,00              | 0,00    | 13,52            | 54,08                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 528   | 18,23             | 15,41   | 85,76            | 563,03                                   | 8,99                  |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                    | 114   | 3,77              | 2,77    | 6,10             | 67,65                                    | 0,78                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                           | 50    | 4,77              | 9,22    | 30,02            | 221,46                                   | 0,16                  |
| Итого                         |                     |                                            | 164   | 8,54              | 11,99   | 36,12            | 289,11                                   | 0,94                  |
| Ужин                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 237                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ      | 40    | 4,47              | 1,91    | 1,95             | 42,97                                    | 0,49                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ             | 110   | 0,02              | 2,64    | 0,03             | 23,94                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20    | 2,06              | 0,22    | 13,80            | 66,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                    | 150   | 0,13              | 0,00    | 8,03             | 33,09                                    | 0,48                  |
| Итого                         |                     |                                            | 320   | 6,68              | 4,77    | 23,81            | 166,80                                   | 0,97                  |
| Всего                         |                     |                                            |       | 42,79             | 46,31   | 184,43           | 1 340,05                                 | 15,84                 |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.