

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Галимова А.Д./

**МЕНЮ**

5 ноября 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                          | 184                 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ВЯЗКАЯ                                        | 145     | 3,53              | 5,08    | 16,56            | 126,24                                   | 0,17                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                                                  | 20      | 2,09              | 0,26    | 12,81            | 62,10                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                       | 180     | 2,16              | 2,14    | 14,62            | 86,64                                    | 0,16                  |
| Итого                         |                     |                                                                        | 345     | 7,78              | 7,48    | 43,99            | 274,98                                   | 0,33                  |
| Обед                          |                     |                                                                        |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 15                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С<br>ЧЕРНОСЛИВОМ                                       | 30      | 0,44              | 0,83    | 4,07             | 25,58                                    | 1,07                  |
| 2008                          | 84                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/0/3 | 1,62              | 1,58    | 7,82             | 52,12                                    | 9,69                  |
| 2008                          | 264                 | МЯСО ПТИЦЫ В КИСЛО-СЛАДКОМ<br>СОУСЕ                                    | 50      | 8,92              | 11,67   | 1,51             | 146,60                                   | 0,87                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                                         | 110     | 3,82              | 2,86    | 24,38            | 138,52                                   | 0,00                  |
| 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    | 13,08            | 52,31                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                        | 583     | 19,50             | 17,51   | 78,34            | 554,33                                   | 11,63                 |
| Полдник                       |                     |                                                                        |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                                          | 200     | 1,00              | 0,00    | 14,60            | 62,00                                    | 344,00                |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С<br>КАРТОФЕЛЕМ                                       | 55      | 3,51              | 5,58    | 20,31            | 145,40                                   | 1,71                  |
| Итого                         |                     |                                                                        | 255     | 4,51              | 5,58    | 34,91            | 207,40                                   | 345,71                |
| Ужин                          |                     |                                                                        |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 256                 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                                                 | 50      | 13,39             | 8,64    | 2,34             | 156,77                                   | 10,11                 |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                      | 110     | 2,31              | 2,84    | 16,09            | 99,14                                    | 7,88                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                            | 20      | 1,32              | 0,18    | 6,84             | 36,20                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                          | 150     | 0,08              | 0,00    | 4,53             | 18,39                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                        | 330     | 17,10             | 11,66   | 29,80            | 310,50                                   | 18,01                 |
| Всего                         |                     |                                                                        |         | 48,89             | 42,23   | 187,04           | 1 347,21                                 | 375,68                |

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,