

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

**МЕНЮ**

7 февраля 2024 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     | 3,4               | 4,7     | 15               | 117                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                                                 | 20      | 1,6               | 0,2     | 9,8              | 48                                       | 0                     |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                                      | 5       | 0,1               | 4,1     | 0,1              | 37                                       | 0                     |
|                               | 12                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                            | 160     | 1,9               | 2       | 8,7              | 61                                       | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                                       | 330     | 7                 | 11      | 33,6             | 263                                      | 0,8                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                       |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                                                | 57      | 0,2               | 0,2     | 4,9              | 23                                       | 5                     |
| Итого                         |                     |                                                                       | 57      | 0,2               | 0,2     | 4,9              | 23                                       | 5                     |
| Обед                          |                     |                                                                       |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 15                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С<br>ЧЕРНОСЛИВОМ                                      | 40      | 0,6               | 1       | 5,5              | 34                                       | 1,3                   |
| 2008                          | 84                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/0/3 | 1,6               | 1,4     | 7,6              | 49                                       | 9,7                   |
| 2008                          | 264                 | ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ<br>СОУСЕ                                     | 60      | 6,3               | 8,5     | 1,9              | 109                                      | 0,6                   |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                                        | 110     |                   | 2,2     |                  | 20                                       | 0                     |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                        | 40      | 4,1               | 0,4     | 27,6             | 134                                      | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                           | 20      | 1,3               | 0,2     | 6,8              | 36                                       | 0                     |
| 2008                          | 440                 | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ                                                     | 150     | 0,6               |         | 9,9              | 42                                       | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                                                       | 603     | 14,5              | 13,7    | 59,3             | 424                                      | 11,8                  |
| Полдник                       |                     |                                                                       |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                                                 | 129     | 3,6               | 3,1     | 5                | 66                                       | 0,9                   |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С<br>КАРТОФЕЛЕМ                                      | 55      | 4                 | 6,1     | 21,4             | 155                                      | 1,9                   |
| Итого                         |                     |                                                                       | 184     | 7,6               | 9,2     | 26,4             | 221                                      | 2,8                   |
| Ужин                          |                     |                                                                       |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 256                 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                                                | 60      | 3,9               | 7,1     | 2,7              | 95                                       | 3                     |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                     | 110     | 2,9               | 3,4     | 17               | 109                                      | 8                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                           | 20      | 1,3               | 0,2     | 6,8              | 36                                       | 0                     |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                               | 150     | 0,1               |         | 8,2              | 33                                       | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                                       | 340     | 8,2               | 10,7    | 34,7             | 273                                      | 11,4                  |
| Всего                         |                     |                                                                       |         | 37,5              | 44,8    | 158,9            | 1204                                     | 31,8                  |

  
 Модестова О.Б.

  
 Руденко О.В.,

Цена 179 руб.