

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

**МЕНЮ**

7 ноября 2023 г.

Сад 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 | 200   | 6,1               | 8,7     | 22               | 192                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                      | 30    | 2,4               | 0,3     | 15               | 73                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                            | 150   | 2,9               | 2,9     | 9,1              | 75                                       | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                            | 380   | 11,4              | 11,9    | 46,1             | 340                                      | 0,5                   |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                     | 52    | 0,2               | 0,2     | 4,5              | 21                                       | 4,6                   |
| Итого                         |                     |                                            | 52    | 0,2               | 0,2     | 4,5              | 21                                       | 4,6                   |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 89                  | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ           | 200   | 1,8               | 1,4     | 12,5             | 71                                       | 5,2                   |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                              | 210   | 11,4              | 14,7    | 34,9             | 321                                      | 1,8                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30    | 3,1               | 0,3     | 20,9             | 101                                      | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 50    | 3,4               | 0,5     | 17,6             | 93                                       | 0                     |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                     | 180   |                   |         | 17,7             | 71                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                            | 670   | 19,7              | 16,9    | 103,6            | 657                                      | 7                     |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 10                  | ПЕЧЕНЬЕ                                    | 40    | 3                 | 3,9     | 29,8             | 167                                      | 0                     |
|                               | 9                   | ВАРЕНЕЦ                                    | 111   | 3,2               | 2,8     | 4,6              | 59                                       | 0,89                  |
| Итого                         |                     |                                            | 151   | 6,2               | 6,7     | 34,4             | 226                                      | 0,89                  |
| Ужин                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20    | 2,2               | 0,2     | 14,5             | 70                                       | 0                     |
| 2008                          | 258                 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С<br>ТВОРОГОМ          | 130   | 8,6               | 7,4     | 12               | 164                                      | 0,8                   |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                         | 60    | 1,3               | 4       | 8,2              | 74                                       | 0,2                   |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                              | 150   | 2,2               | 2,4     | 7,8              | 61                                       | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                            | 360   | 14,3              | 14      | 42,5             | 369                                      | 1,4                   |
| Всего                         |                     |                                            |       | 51,8              | 49,7    | 231,1            | 1613                                     | 14,39                 |


 Модестова О.Б.


 Руденко О.В.,

Цена 179 руб.