

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

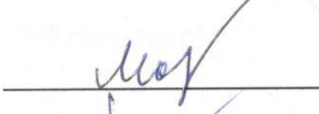
Гриднева Е.В./

**МЕНЮ**

9 сентября 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                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 130   | 4,17              | 5,85    | 13,25            | 123,45                                   | 0,22                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                      | 20    | 1,63              | 0,20    | 10,02            | 48,55                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                               | 20    | 2,55              | 2,30    | 0,15             | 31,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 5     | 0,05              | 4,15    | 0,05             | 37,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                           | 180   | 2,65              | 2,62    | 11,62            | 80,96                                    | 0,20                  |
| Итого                         |                     |                                            | 355   | 11,05             | 15,12   | 35,09            | 321,96                                   | 0,42                  |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                     | 50    | 0,21              | 0,21    | 5,22             | 23,97                                    | 5,33                  |
| Итого                         |                     |                                            | 50    | 0,21              | 0,21    | 5,22             | 23,97                                    | 5,33                  |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 28                  | МОРКОВЬ С САХАРОМ                          | 40    | 0,49              | 0,84    | 4,90             | 29,18                                    | 1,87                  |
| 2008                          | 89                  | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ           | 180   | 1,95              | 1,31    | 13,07            | 71,97                                    | 5,34                  |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                              | 160   | 11,08             | 12,94   | 27,10            | 271,87                                   | 1,72                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20    | 2,10              | 0,22    | 14,08            | 68,14                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 40    | 2,72              | 0,36    | 14,09            | 74,57                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                     | 150   | 0,00              | 0,00    | 13,64            | 54,52                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 590   | 18,34             | 15,67   | 86,88            | 570,25                                   | 8,93                  |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                    | 110   | 3,79              | 2,80    | 6,12             | 67,53                                    | 0,76                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                           | 50    | 4,25              | 6,70    | 30,03            | 196,81                                   | 0,06                  |
| Итого                         |                     |                                            | 160   | 8,04              | 9,50    | 36,15            | 264,34                                   | 0,82                  |
| Ужин                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 237                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ      | 100   | 6,66              | 2,56    | 2,18             | 58,64                                    | 0,52                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ             | 110   | 3,61              | 3,34    | 23,01            | 136,57                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20    | 2,10              | 0,22    | 14,08            | 68,14                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                    | 150   | 0,10              | 0,00    | 9,18             | 37,60                                    | 0,46                  |
| Итого                         |                     |                                            | 380   | 12,47             | 6,12    | 48,45            | 300,95                                   | 0,98                  |
| Всего                         |                     |                                            |       | 50,11             | 46,62   | 211,79           | 1 481,47                                 | 16,48                 |


 Модестова О.Б.


 Руденко О.В.,

199-00