

Утверждаю



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

# МЕНЮ

10 июня 2024 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   | 6,53              | 8,82    | 23,14            | 199,74                                   | 0,31                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                      | 30    | 2,41              | 0,30    | 14,82            | 71,83                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                           | 180   | 3,12              | 3,10    | 10,47            | 82,74                                    | 0,24                  |
| Итого                         |                     |                                            | 410   | 12,06             | 12,22   | 48,43            | 354,31                                   | 0,55                  |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                              | 103   | 0,52              | 0,00    | 7,52             | 31,94                                    | 177,20                |
| Итого                         |                     |                                            | 103   | 0,52              | 0,00    | 7,52             | 31,94                                    | 177,20                |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 28                  | САЛАТ "БУРЯЧОК"                            | 65    | 0,83              | 3,93    | 5,24             | 59,79                                    | 2,49                  |
| 2008                          | 89                  | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ           | 200   | 2,03              | 1,58    | 13,64            | 77,00                                    | 5,57                  |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                              | 105   | 10,97             | 14,67   | 32,71            | 309,89                                   | 1,78                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 29    | 2,98              | 0,32    | 19,99            | 96,76                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 50    | 3,30              | 0,44    | 17,10            | 90,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                     | 180   | 0,00              | 0,00    | 18,71            | 74,83                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 629   | 20,11             | 20,94   | 107,39           | 708,77                                   | 9,84                  |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                    | 126   | 4,17              | 3,06    | 6,74             | 74,73                                    | 0,86                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                           | 50    | 4,47              | 5,65    | 29,90            | 188,00                                   | 0,06                  |
| Итого                         |                     |                                            | 176   | 8,64              | 8,71    | 36,64            | 262,73                                   | 0,92                  |
| Ужин                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 237                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ      | 60    | 7,25              | 1,88    | 1,41             | 51,72                                    | 0,51                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ             | 120   | 0,02              | 2,94    | 0,03             | 26,65                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 18    | 1,86              | 0,20    | 12,46            | 60,32                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                    | 180   | 0,13              | 0,00    | 5,12             | 21,65                                    | 0,61                  |
| Итого                         |                     |                                            | 378   | 9,26              | 5,02    | 19,02            | 160,34                                   | 1,12                  |
| Всего                         |                     |                                            |       | 50,59             | 46,89   | 219,00           | 1 518,09                                 | 189,63                |

\_\_\_\_\_  
  
\_\_\_\_\_

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

*Итого 179 руб.*