

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Галимова А.Д./

МЕНЮ

10 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,42	7,65	35,32	232,53	0,62
2008	1	БАТОН	30	2,32	0,29	14,24	69,03	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,46	2,59	10,54	74,63	0,41
Итого			416	10,26	15,51	60,16	421,19	1,03
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	40	0,15	0,15	3,71	17,04	3,79
Итого			40	0,15	0,15	3,71	17,04	3,79
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,70	2,35	2,90	35,82	16,79
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	1,44	2,30	10,15	67,29	4,67
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6,43	6,92	2,82	99,25	0,79
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,77	3,50	22,43	132,55	11,33
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,95	0,21	13,07	63,28	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,22	0,30	11,48	60,76	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,34	0,14	15,35	70,49	41,40
Итого			708	15,85	15,72	78,20	529,44	74,98
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	120	3,48	3,10	5,60	70,17	0,87
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,33	7,44	36,09	228,24	0,11
Итого			190	7,81	10,54	41,69	298,41	0,98
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	160	10,51	10,63	19,09	215,58	0,08
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	1,33	4,08	6,52	67,98	0,13
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,30	0,14	8,72	42,19	0,00
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,46	2,60	10,22	73,13	0,46
Итого			430	15,60	17,45	44,55	398,88	0,67
Всего				49,67	59,37	228,31	1 664,96	81,45

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,