

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

МЕНЮ

10 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	6,02	8,13	25,99	203,70	0,32
2008	1	БАТОН	30	2,34	0,29	14,34	69,50	0,00
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,97	3,01	13,23	92,25	0,23
Итого			410	11,33	11,43	53,56	365,45	0,55
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,76	0,15	15,29	65,10	3,03
Итого			150	0,76	0,15	15,29	65,10	3,03
Обед								
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,58	2,40	3,34	37,24	1,54
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/3	2,08	3,13	13,30	89,44	3,24
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	8,66	10,95	0,00	133,04	0,35
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,03	6,55	27,25	191,83	0,00
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,00	0,21	13,37	64,70	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,46	0,46	17,92	94,84	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,37	0,16	17,11	78,22	44,56
Итого			718	23,18	23,86	92,29	689,31	49,69
Полдник								
2008	5	ЙОГУРТ	110	3,43	2,96	13,36	93,77	0,00
	19	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	3,83	7,28	29,53	198,55	0,06
Итого			165	7,26	10,24	42,89	292,32	0,06
Ужин								
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	3,98	1,47	2,15	37,98	0,68
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,91	4,61	23,53	147,54	11,89
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,00	0,32	20,07	97,15	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190	0,12	0,00	11,29	46,14	0,54
Итого			420	10,01	6,40	57,04	328,81	13,11
Всего				52,54	52,08	261,07	1 740,99	66,44

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,