

Утверждаю



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

# МЕНЮ

11 марта 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                          | 190                 | КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"                                           | 200     | 5,7               | 7,6     | 25,8             | 196                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                                            | 30      | 2,5               | 0,3     | 15,1             | 73                                       | 0                     |
|                               | 12                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                       | 180     | 2,7               | 2,8     | 12               | 84                                       | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                                                  | 410     | 10,9              | 10,7    | 52,9             | 353                                      | 0,5                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                                    | 110     | 0,6               |         | 8,4              | 36                                       | 197,1                 |
| Итого                         |                     |                                                                  | 110     | 0,6               |         | 8,4              | 36                                       | 197,1                 |
| Обед                          |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                                  | 50      | 0,6               | 3       | 3,4              | 43                                       | 1,6                   |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ<br>НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО<br>СМЕТАНОЙ | 200/0/3 | 2,2               | 3,1     | 13,3             | 90                                       | 3,3                   |
| 2008                          | 312                 | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ                             | 80/0/30 | 10,1              | 14,6    | 2,9              | 184                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                       | 150     | 6,2               | 6,2     | 27,9             | 192                                      | 0                     |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 20      | 1,9               | 0,2     | 12,5             | 61                                       | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                      | 55      | 2,5               | 0,3     | 13,1             | 69                                       | 0                     |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                                           | 180     |                   |         | 17               | 68                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 768     | 23,5              | 27,4    | 90,1             | 707                                      | 5,3                   |
| Полдник                       |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                                          | 127     | 4,2               | 3,1     | 6,8              | 76                                       | 0,9                   |
|                               | 19                  | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ                                                | 55      | 3,7               | 7,2     | 28,6             | 194                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 182     | 7,9               | 10,3    | 35,4             | 270                                      | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 231                 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С<br>ОВОЩАМИ                             | 80      | 8,3               | 2,4     | 3,5              | 68                                       | 1,1                   |
| 2008                          | 333                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                               | 150     | 1,9               | 4,9     | 15,7             | 115                                      | 8                     |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 30      | 2,8               | 0,3     | 18,8             | 91                                       | 0                     |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                          | 190     | 0,1               |         | 10,1             | 41                                       | 0,6                   |
| Итого                         |                     |                                                                  | 450     | 13,1              | 7,6     | 48,1             | 315                                      | 9,7                   |
| Всего                         |                     |                                                                  |         | 56                | 56      | 234,9            | 1681                                     | 213,5                 |

 Модестова О.Б.

 Руденко О.В.,

Цена 179 руб