

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Галимова А.Д./

# МЕНЮ

11 ноября 2025 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130   | 3,67              | 4,94    | 15,46            | 121,79                                   | 0,35                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                              | 20    | 1,58              | 0,20    | 9,70             | 47,01                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                   | 5     | 0,05              | 4,15    | 0,05             | 37,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                   | 180   | 1,99              | 1,99    | 10,56            | 67,33                                    | 0,33                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 335   | 7,29              | 11,28   | 35,77            | 273,63                                   | 0,68                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                       | 150   | 0,78              | 0,16    | 15,66            | 66,65                                    | 3,10                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 150   | 0,78              | 0,16    | 15,66            | 66,65                                    | 3,10                  |
| Обед                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2007                          | 20                  | САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ<br>КУКУРУЗЫ              | 30    | 0,78              | 2,28    | 2,21             | 32,43                                    | 1,04                  |
| 2008                          | 103                 | СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К<br>БУЛЬОНЕ               | 180   | 1,86              | 1,56    | 9,57             | 60,09                                    | 7,95                  |
| 2012                          | 292                 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ<br>ЗАПЕЧЕННЫЕ                   | 50    | 7,19              | 7,45    | 5,88             | 119,73                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                  | 110   | 2,30              | 3,15    | 16,08            | 101,87                                   | 7,88                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20    | 2,06              | 0,22    | 13,80            | 66,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                        | 40    | 2,64              | 0,35    | 13,68            | 72,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                    | 160   | 0,40              | 0,09    | 15,74            | 66,09                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 590   | 17,23             | 15,10   | 76,96            | 519,41                                   | 16,87                 |
| Полдник                       |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                              | 110   | 3,29              | 0,11    | 4,40             | 34,07                                    | 1,09                  |
| 2008                          | 10                  | ПЕЧЕНЬЕ                                            | 35    | 2,63              | 3,43    | 26,04            | 145,95                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 145   | 5,92              | 3,54    | 30,44            | 180,02                                   | 1,09                  |
| Ужин                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-<br>РИСОВАЯ                     | 130   | 13,50             | 13,71   | 15,61            | 242,85                                   | 0,35                  |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                                 | 50    | 1,03              | 2,82    | 5,63             | 51,61                                    | 0,13                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20    | 2,06              | 0,22    | 13,80            | 66,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200   | 0,14              | 0,00    | 5,70             | 23,36                                    | 0,03                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 400   | 16,73             | 16,75   | 40,74            | 384,62                                   | 0,51                  |
| Всего                         |                     |                                                    |       | 47,95             | 46,83   | 199,57           | 1 424,33                                 | 22,25                 |

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,