

Утверждаю



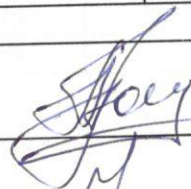
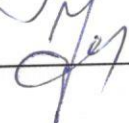
Заведующий  
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара  
/Галимова А.Д./

# МЕНЮ

14 ноября 2025 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ     | 200   | 5,27              | 7,40    | 23,35            | 181,18                                   | 0,55                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                              | 30    | 2,35              | 0,29    | 14,42            | 69,88                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                    | 180   | 2,52              | 2,62    | 9,38             | 70,63                                    | 0,41                  |
| Итого                         |                     |                                    | 410   | 10,14             | 10,31   | 47,15            | 321,69                                   | 0,96                  |
| II Завтрак                    |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                      | 150   | 0,74              | 0,00    | 10,87            | 46,17                                    | 256,17                |
| Итого                         |                     |                                    | 150   | 0,74              | 0,00    | 10,87            | 46,17                                    | 256,17                |
| Обед                          |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 7                   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                      | 15    | 0,13              | 0,02    | 0,42             | 2,33                                     | 1,67                  |
| 2008                          | 93                  | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА М/К<br>БУЛЬОНЕ | 200   | 2,40              | 2,07    | 14,59            | 86,74                                    | 4,51                  |
| 2008                          | 252                 | МЯСО ОТВАРНОЕ                      | 50    | 4,98              | 4,22    | 0,45             | 59,64                                    | 0,19                  |
| 2008                          | 141                 | РАГУ ОВОЩНОЕ                       | 160   | 3,20              | 9,69    | 16,59            | 166,93                                   | 21,18                 |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30    | 3,01              | 0,32    | 20,19            | 97,71                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 50    | 3,26              | 0,43    | 16,90            | 89,44                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 396                 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА           | 200   | 0,09              | 0,08    | 14,32            | 58,72                                    | 1,08                  |
| Итого                         |                     |                                    | 705   | 17,07             | 16,83   | 83,46            | 561,51                                   | 28,63                 |
| Полдник                       |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 18                  | СНЕЖОК                             | 120   | 3,40              | 3,04    | 5,48             | 68,62                                    | 0,85                  |
| 2008                          | 471                 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                 | 55    | 3,96              | 7,31    | 27,34            | 190,85                                   | 0,06                  |
| Итого                         |                     |                                    | 175   | 7,36              | 10,35   | 32,82            | 259,47                                   | 0,91                  |
| Ужин                          |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 225                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                  | 160   | 8,14              | 8,95    | 15,44            | 176,76                                   | 0,13                  |
| 2008                          | 371                 | СОУС СМЕТАННЫЙ №371                | 50    | 1,06              | 3,10    | 6,11             | 56,40                                    | 0,10                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30    | 3,01              | 0,32    | 20,19            | 97,71                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                      | 200   | 2,08              | 2,19    | 9,50             | 65,22                                    | 0,39                  |
| Итого                         |                     |                                    | 440   | 14,29             | 14,56   | 51,24            | 396,09                                   | 0,62                  |
| Всего                         |                     |                                    |       | 49,60             | 52,05   | 225,54           | 1 584,93                                 | 287,29                |

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

Перфилова А.О. 21000

Руденко О.В.,