

Утверждаю



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

# МЕНЮ

15 октября 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 145     | 4,12              | 5,65    | 15,87            | 129,78                                   | 0,46                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                                | 20      | 1,55              | 0,19    | 9,51             | 46,11                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                     | 5       | 0,05              | 4,13    | 0,05             | 37,35                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 160     | 2,73              | 2,86    | 9,97             | 75,72                                    | 0,44                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 330     | 8,45              | 12,83   | 35,40            | 288,96                                   | 0,90                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | БАНАН                                                | 30      | 0,31              | 0,10    | 4,03             | 18,67                                    | 2,10                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 30      | 0,31              | 0,10    | 4,03             | 18,67                                    | 2,10                  |
| Обед                          |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 23                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И<br>ОГУРЦОВ               | 30      | 0,30              | 1,54    | 0,95             | 19,28                                    | 5,59                  |
| 2008                          | 75                  | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА М/К<br>БУЛЬОНЕ                   | 180/0/5 | 1,20              | 1,95    | 5,39             | 44,03                                    | 5,78                  |
| 1996                          | 375                 | БЕФСТРОГАНОВ                                         | 50      | 3,22              | 3,39    | 1,48             | 49,37                                    | 0,01                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                            | 110     | 3,32              | 3,49    | 23,77            | 139,86                                   | 0,00                  |
| 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                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                       | 160     | 0,00              | 0,00    | 7,27             | 29,03                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 595     | 12,74             | 10,94   | 66,34            | 420,77                                   | 11,38                 |
| Полдник                       |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | 9                   | ВАРЕНЕЦ                                              | 120     | 3,46              | 2,99    | 4,90             | 63,34                                    | 0,96                  |
|                               | 21                  | ПЛЮШКА                                               | 55      | 4,61              | 6,93    | 31,18            | 205,34                                   | 0,10                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 175     | 8,07              | 9,92    | 36,08            | 268,68                                   | 1,06                  |
| Ужин                          |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| к/к                           | 23                  | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ                             | 20      | 0,60              | 0,04    | 1,26             | 7,76                                     | 0,80                  |
| к/к                           | 24                  | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                      | 110     | 5,55              | 4,85    | 5,71             | 92,31                                    | 3,21                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 20      | 2,06              | 0,22    | 13,80            | 66,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                              | 150     | 0,13              | 0,00    | 8,03             | 33,09                                    | 0,48                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 300     | 8,34              | 5,11    | 28,80            | 199,96                                   | 4,49                  |
| Всего                         |                     |                                                      |         | 37,91             | 38,90   | 170,65           | 1 197,04                                 | 19,93                 |

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,