

Утверждаю



Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара
Будакова Н.В./

МЕНЮ

15 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,56	8,73	21,19	191,25	0,32
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008	1	БАТОН	30	2,32	0,29	14,22	68,92	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,92	2,92	11,68	85,07	0,22
Итого			436	11,86	16,92	47,15	390,24	0,54
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	50	0,28	0,00	4,04	17,14	95,12
Итого			50	0,28	0,00	4,04	17,14	95,12
Обед								
2008	28	МОРКОВЬ С САХАРОМ	30	0,33	0,62	3,23	19,82	1,27
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,62	1,50	11,76	67,21	4,68
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	8,80	11,88	31,55	271,47	1,57
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,17	0,34	21,23	102,77	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	16,61	87,91	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	190	0,00	0,00	17,43	69,73	0,00
Итого			690	17,13	14,77	101,81	618,91	7,52
Полдник								
2008	5	ЙОГУРТ	100	3,39	2,93	13,22	92,78	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,89	6,01	26,01	173,13	0,07
Итого			150	7,28	8,94	39,23	265,91	0,07
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50	3,47	0,77	0,85	24,30	0,26
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,42	4,08	34,67	197,34	0,00
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,17	0,34	21,23	102,77	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190	0,12	0,00	7,93	32,69	0,53
Итого			420	12,18	5,19	64,68	357,10	0,79
Всего				48,73	45,82	256,91	1 649,30	104,04

Перфилова А.О. *20-00*

Руденко О.В.,