

Утверждаю



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

МЕНЮ

16 декабря 2025 г.

Ясли 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	3,53	8,83	2,62	103,54	0,28
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	15	0,28	1,30	1,12	17,32	1,02
2008	1	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,72	2,82	10,38	76,95	0,43
Итого			385	8,13	13,15	23,94	245,41	1,73
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	30	0,12	0,12	2,87	13,18	2,93
Итого			30	0,12	0,12	2,87	13,18	2,93
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,81	1,56	1,94	25,03	2,87
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,58	1,57	13,85	87,96	2,87
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	165	8,79	11,83	24,22	238,67	12,24
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	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,09	0,01	9,48	39,82	1,52
Итого			585	18,97	15,54	76,97	530,68	19,50
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	120	3,46	2,98	4,89	63,10	0,96
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
Итого			155	6,09	6,41	30,93	209,05	0,96
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	130	14,95	11,97	14,38	228,10	0,89
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30	0,61	1,94	4,06	35,80	0,08
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,06	0,22	13,80	66,80	0,00
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,65	2,79	9,18	71,43	0,49
Итого			360	20,27	16,92	41,42	402,13	1,46
Всего				53,58	52,14	176,13	1 400,45	26,58


 _____ Перфилова А.О. 210-00


 _____ Руденко О.В.,