

Утверждаю



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

МЕНЮ

18 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,20	7,48	21,49	176,49	0,64
2008	1	БАТОН	30	2,37	0,30	14,57	70,61	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,78	2,85	15,13	96,26	0,48
Итого			396	11,41	15,61	51,25	388,36	1,12
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	30	0,11	0,11	2,64	12,13	2,70
Итого			30	0,11	0,11	2,64	12,13	2,70
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,42	1,51	2,11	23,69	1,22
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	1,35	2,03	9,74	62,76	4,77
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	10,89	11,54	11,94	195,81	22,62
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,29	1,14	2,29	20,72	0,57
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,09	0,44	27,37	132,50	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	8,53	45,15	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190	0,00	0,00	10,93	43,71	0,00
Итого			658	18,69	16,88	72,91	524,34	29,18
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	110	3,02	2,60	4,37	56,16	0,31
	17	ПОВИДЛО	20	0,08	0,00	13,47	54,21	0,04
2008	1	БАТОН	20	1,57	0,20	9,65	46,78	0,00
Итого			150	4,67	2,80	27,49	157,15	0,35
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,72	2,32	4,94	43,84	2,22
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	150	5,44	6,88	3,23	96,25	0,76
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	8,53	45,15	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	6,23	25,31	0,02
Итого			395	7,90	9,42	22,93	210,55	3,00
Всего				42,78	44,82	177,22	1 292,53	36,35

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,