

Утверждаю

Заведующий  
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара  
Гриднева Е.В./

# МЕНЮ

19 декабря 2023 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                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                   | 140   | 5                 | 10,1    | 3,6              | 124                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 8                   | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 26    | 0,5               | 2,2     | 1,9              | 30                                       | 1,7                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                               | 20    | 1,6               | 0,2     | 9,8              | 48                                       | 0                     |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                    | 5     | 0,1               | 4,2     | 0,1              | 38                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 150   | 2,9               | 3       | 9,2              | 75                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                     | 341   | 10,1              | 19,7    | 24,6             | 315                                      | 2,6                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                       | 200   | 1                 |         | 14,6             | 62                                       | 344                   |
| Итого                         |                     |                                                     | 200   | 1                 |         | 14,6             | 62                                       | 344                   |
| Обед                          |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С<br>ЛУКОМ                | 40    | 0,8               | 1,9     | 1,9              | 29                                       | 2,8                   |
| 2008<br>2008<br>2008          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ | 180   | 4,5               | 1,6     | 13,8             | 87                                       | 2,8                   |
| 2008<br>2008<br>2008          | 299                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>МЯСОМ                   | 165   | 8,1               | 11,4    | 24               | 232                                      | 12,1                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 20    | 2,1               | 0,2     | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 40    | 2,6               | 0,4     | 13,7             | 72                                       | 0                     |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                    | 150   | 0,1               |         | 9,3              | 39                                       | 1,4                   |
| Итого                         |                     |                                                     | 595   | 18,2              | 15,5    | 76,5             | 526                                      | 19,1                  |
| Полдник                       |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | 9                   | ВАРЕНЕЦ                                             | 116   | 3,3               | 2,9     | 4,7              | 61                                       | 0,92                  |
| 2008                          | 10                  | ПЕЧЕНЬЕ                                             | 30    | 2,3               | 2,9     | 22,3             | 125                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                     | 146   | 5,6               | 5,8     | 27               | 186                                      | 0,92                  |
| Ужин                          |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008<br>2008                  | 258                 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С<br>ТВОРОГОМ                   | 130   | 9,6               | 7,8     | 13,5             | 177                                      | 0,8                   |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                                  | 40    | 0,9               | 2,5     | 5,3              | 48                                       | 0,1                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 20    | 2,1               | 0,2     | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                       | 150   | 2,1               | 2,2     | 7,4              | 58                                       | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                     | 340   | 14,7              | 12,7    | 40               | 350                                      | 1,3                   |
| Всего                         |                     |                                                     |       | 49,6              | 53,7    | 182,7            | 1439                                     | 367,92                |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.