

Утверждаю

Заведующий  
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара  
/Гриднева Е.В./**МЕНЮ**  
21 июня 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                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130     | 4,2               | 7,7     | 14,7             | 143                                      | 0,5                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                                | 20      | 1,6               | 0,2     | 9,8              | 48                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 160     | 3,1               | 3,4     | 9,9              | 81                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 310     | 8,9               | 11,3    | 34,4             | 272                                      | 1                     |
| II Завтрак                    |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                               | 30      | 0,1               | 0,1     | 2,6              | 12                                       | 2,6                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 30      | 0,1               | 0,1     | 2,6              | 12                                       | 2,6                   |
| Обед                          |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 23                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И<br>ОГУРЦОВ               | 30      | 0,3               | 1,5     | 1,1              | 20                                       | 6,1                   |
| 2008                          | 75                  | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ                | 130/0/3 | 1                 | 1,3     | 3,6              | 29                                       | 3,8                   |
| 1996                          | 375                 | БЕФСТРОГАНОВ                                         | 60      | 5,5               | 5,2     | 1,6              | 75                                       | 0                     |
| 2008                          | 181                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                            | 100     | 3                 | 4,9     | 21,4             | 142                                      | 0                     |
| 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                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                       | 130     |                   |         | 5,7              | 23                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                      | 513     | 14,5              | 13,5    | 60,9             | 428                                      | 9,9                   |
| Полдник                       |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | 9                   | ВАРЕНЕЦ                                              | 132     | 3,8               | 3,3     | 5,4              | 70                                       | 1,06                  |
|                               | 21                  | ПЛЮШКА                                               | 55      | 4,6               | 9,8     | 31,4             | 232                                      | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 187     | 8,4               | 13,1    | 36,8             | 302                                      | 1,26                  |
| Ужин                          |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| к/к                           | 23                  | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ                             | 30      | 0,2               |         | 0,3              | 2                                        | 0,2                   |
| к/к                           | 24                  | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                      | 160     | 7,3               | 10,5    | 10,8             | 171                                      | 2,9                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 20      | 2,7               | 0,3     | 18,1             | 88                                       | 0                     |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                              | 150     | 0,1               |         | 7,9              | 33                                       | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 360     | 10,3              | 10,8    | 37,1             | 294                                      | 3,5                   |
| Всего                         |                     |                                                      |         | 42,2              | 48,8    | 171,8            | 1308                                     | 18,26                 |


 Модестова О.Б.


 Руденко О.В.,