

Утверждаю

Заведующий  
МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара  
Гриднева Е.В./**МЕНЮ**  
21 октября 2024 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 130   | 4,46              | 6,36    | 13,39            | 129,75                                   | 0,24                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                      | 20    | 1,60              | 0,20    | 9,82             | 47,60                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 5     | 0,05              | 4,15    | 0,05             | 37,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                           | 200   | 2,63              | 2,60    | 10,60            | 76,69                                    | 0,20                  |
| Итого                         |                     |                                            | 355   | 8,74              | 13,31   | 33,86            | 291,54                                   | 0,44                  |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                     | 34    | 0,12              | 0,12    | 3,00             | 13,79                                    | 3,06                  |
| Итого                         |                     |                                            | 34    | 0,12              | 0,12    | 3,00             | 13,79                                    | 3,06                  |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 28                  | МОРКОВЬ С САХАРОМ                          | 40    | 0,49              | 0,85    | 4,58             | 28,00                                    | 1,87                  |
| 2008                          | 89                  | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ           | 180   | 1,93              | 1,27    | 12,95            | 71,02                                    | 5,36                  |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                              | 100   | 11,11             | 12,98   | 27,07            | 272,22                                   | 1,70                  |
| 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                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                     | 150   | 0,00              | 0,00    | 13,06            | 52,24                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 530   | 18,23             | 15,67   | 85,14            | 562,68                                   | 8,93                  |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                    | 114   | 3,77              | 2,78    | 6,11             | 67,72                                    | 0,78                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                           | 50    | 4,83              | 7,14    | 30,19            | 203,49                                   | 0,17                  |
| Итого                         |                     |                                            | 164   | 8,60              | 9,92    | 36,30            | 271,21                                   | 0,95                  |
| Ужин                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 237                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ      | 40    | 4,18              | 2,10    | 2,04             | 43,91                                    | 0,48                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ             | 110   | 0,02              | 2,52    | 0,03             | 22,84                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20    | 2,06              | 0,22    | 13,80            | 66,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                    | 150   | 0,15              | 0,00    | 7,96             | 32,93                                    | 0,46                  |
| Итого                         |                     |                                            | 320   | 6,41              | 4,84    | 23,83            | 166,48                                   | 0,94                  |
| Всего                         |                     |                                            |       | 42,10             | 43,86   | 182,13           | 1 305,70                                 | 14,32                 |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Итого 179 руб.