

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Галимова А.Д./

МЕНЮ**21 октября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	4,76	9,84	3,11	119,41	0,33
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,59	2,76	2,38	36,84	2,17
2008	1	БАТОН	30	2,26	0,28	13,87	67,21	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,85	2,98	11,10	81,75	0,46
Итого			396	10,52	20,84	30,52	350,21	2,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,52	0,10	10,57	45,01	2,09
Итого			100	0,52	0,10	10,57	45,01	2,09
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,97	1,77	2,27	28,89	3,38
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	5,34	2,31	16,17	106,86	3,38
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	13,66	16,34	26,39	307,57	13,32
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,11	0,23	14,11	68,32	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,62	0,48	18,73	99,14	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,11	0,01	14,85	61,86	1,96
Итого			685	25,81	21,14	92,52	672,64	22,04
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	110	3,19	2,76	4,51	58,31	0,88
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,44	26,08	146,19	0,00
Итого			145	5,82	6,20	30,59	204,50	0,88
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	160	9,42	10,14	18,12	203,48	0,96
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	30	0,50	1,95	4,15	35,96	0,06
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,16	0,34	21,17	102,48	0,00
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,31	2,43	10,03	70,38	0,43
Итого			420	15,39	14,86	53,47	412,30	1,45
Всего				58,06	63,14	217,67	1 684,66	29,42

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,