

Утверждаю

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



# МЕНЮ

25 января 2024 г.

Сад 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                          | 184                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ  | 200     | 6,8               | 8,4     | 24,8             | 200                                      | 0,7                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                          | 30      | 2,5               | 0,3     | 15,1             | 73                                       | 0                     |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                               | 6       | 0,1               | 5       | 0,1              | 45                                       | 0                     |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                               | 180     | 2,7               | 2,8     | 12,7             | 85                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                | 416     | 12,1              | 16,5    | 52,7             | 403                                      | 1,2                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                         | 69      | 0,2               | 0,2     | 5,9              | 27                                       | 6,1                   |
| Итого                         |                     |                                                | 69      | 0,2               | 0,2     | 5,9              | 27                                       | 6,1                   |
| Обед                          |                     |                                                |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 43(1)               | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С<br>ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ       | 60      | 0,9               | 3,1     | 4,4              | 49                                       | 2,6                   |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200/0/3 | 1,5               | 1,9     | 10,9             | 67                                       | 5,4                   |
| 2008                          | 306                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                | 180     | 11,6              | 13,8    | 12,1             | 221                                      | 20,2                  |
| 2008                          | 364                 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                             | 30      | 0,2               | 1,2     | 2,1              | 20                                       | 0,5                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 40      | 4,1               | 0,4     | 27,8             | 134                                      | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 25      | 1,8               | 0,2     | 9,1              | 48                                       | 0                     |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ<br>СМОРОДИНЫ                 | 180     | 0,1               | 0,1     | 17,6             | 72                                       | 11,1                  |
| Итого                         |                     |                                                | 718     | 20,2              | 20,7    | 84               | 611                                      | 39,8                  |
| Полдник                       |                     |                                                |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                        | 134     | 4,4               | 3,3     | 7,2              | 79                                       | 0,9                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                          | 20      | 1,5               | 0,2     | 9,4              | 46                                       | 0                     |
|                               | 17                  | ПОВИДЛО                                        | 30      | 0,1               |         | 18,9             | 76                                       | 0                     |
| 2008                          | 25                  | ШОКОЛАД                                        | 10      | 1                 | 3,5     | 5                | 55                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                | 194     | 7                 | 7       | 40,5             | 256                                      | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 56                  | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                                | 60      | 1,2               | 3,5     | 7                | 65                                       | 3,4                   |
| 2008                          | 250                 | СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)                         | 200     | 11,2              | 11,7    | 4,8              | 170                                      | 1,1                   |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 25      | 1,6               | 0,2     | 8,4              | 45                                       | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 180     | 0,1               |         | 4,7              | 19                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                | 465     | 14,1              | 15,4    | 24,9             | 299                                      | 4,5                   |
| Всего                         |                     |                                                |         | 53,6              | 59,8    | 208              | 1596                                     | 52,5                  |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.