

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

**МЕНЮ**

28 марта 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130   | 4                 | 5,5     | 16,4             | 132                                      | 0,4                   |
| 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                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                   | 180   | 2,5               | 2,6     | 10,8             | 76                                       | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                    | 335   | 8,2               | 12,5    | 37,1             | 294                                      | 0,8                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                       | 200   | 1                 | 0,2     | 20,2             | 86                                       | 4                     |
| Итого                         |                     |                                                    | 200   | 1                 | 0,2     | 20,2             | 86                                       | 4                     |
| Обед                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2007                          | 20                  | САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ<br>КУКУРУЗЫ              | 40    | 0,7               | 2,9     | 2,2              | 37                                       | 0,8                   |
| 2008                          | 103                 | СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К<br>БУЛЬОНЕ               | 180/9 | 3                 | 2,6     | 9,3              | 72                                       | 7,5                   |
| 2012                          | 292                 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ<br>ЗАПЕЧЕННЫЕ                   | 60    | 7,4               | 7,8     | 6,9              | 129                                      | 0                     |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                  | 110   | 2,3               | 3,3     | 16               | 103                                      | 7,8                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20    | 2,1               | 0,2     | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                        | 40    | 2,5               | 0,3     | 13,1             | 69                                       | 0                     |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                    | 160   | 0,4               | 0,1     | 14,9             | 62                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                    | 619   | 18,4              | 17,2    | 76,2             | 539                                      | 16,1                  |
| Полдник                       |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                              | 150   | 4,5               | 0,2     | 6                | 47                                       | 1,49                  |
| 2008                          | 10                  | ПЕЧЕНЬЕ                                            | 40    | 2,7               | 3,5     | 26,7             | 150                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                    | 190   | 7,2               | 3,7     | 32,7             | 197                                      | 1,49                  |
| Ужин                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-<br>РИСОВАЯ                     | 130   | 8,6               | 11      | 14,5             | 193                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                                 | 50    | 1,1               | 2,6     | 5,7              | 51                                       | 0,1                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20    | 2,1               | 0,2     | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200   | 0,1               |         | 5,7              | 23                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                    | 400   | 11,9              | 13,8    | 39,7             | 334                                      | 0,4                   |
| Всего                         |                     |                                                    |       | 46,7              | 47,4    | 205,9            | 1450                                     | 22,79                 |

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,