

Утверждаю

Заведующий

"Детский сад № 365" г.о. Самара

/Галимова А.Д./

**МЕНЮ****28 октября 2025 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                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200   | 6,01              | 7,69    | 30,69            | 217,57                                   | 0,58                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                              | 30    | 2,29              | 0,29    | 14,04            | 68,06                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                   | 6     | 0,06              | 4,98    | 0,06             | 45,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                   | 180   | 2,29              | 2,29    | 12,74            | 79,79                                    | 0,38                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 416   | 10,65             | 15,25   | 57,53            | 410,42                                   | 0,96                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                      | 150   | 0,76              | 0,00    | 11,10            | 47,13                                    | 261,52                |
| Итого                         |                     |                                                    | 150   | 0,76              | 0,00    | 11,10            | 47,13                                    | 261,52                |
| Обед                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2007                          | 20                  | САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ<br>КУКУРУЗЫ              | 40    | 0,64              | 2,51    | 2,24             | 34,14                                    | 0,86                  |
| 2008                          | 103                 | СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К<br>БУЛЬОНЕ               | 200   | 2,06              | 1,63    | 10,84            | 66,55                                    | 8,93                  |
| 2012                          | 292                 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ<br>ЗАПЕЧЕННЫЕ                   | 50    | 9,33              | 9,00    | 5,81             | 141,86                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                  | 150   | 3,10              | 3,40    | 21,84            | 130,55                                   | 10,72                 |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 30    | 3,01              | 0,32    | 20,13            | 97,46                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                        | 50    | 3,16              | 0,42    | 16,36            | 86,58                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                    | 200   | 0,44              | 0,10    | 18,76            | 78,41                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 720   | 21,74             | 17,38   | 95,98            | 635,55                                   | 20,51                 |
| Полдник                       |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 11                  | БАНАН                                              | 70    | 0,74              | 0,25    | 9,43             | 43,72                                    | 4,91                  |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                              | 110   | 3,31              | 0,11    | 4,41             | 34,11                                    | 1,09                  |
| 2008                          | 10                  | ПЕЧЕНЬЕ                                            | 35    | 2,43              | 3,17    | 24,06            | 134,85                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 215   | 6,48              | 3,53    | 37,90            | 212,68                                   | 6,00                  |
| Ужин                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ                         | 150   | 8,22              | 9,51    | 16,73            | 187,14                                   | 0,26                  |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                                 | 50    | 0,87              | 3,05    | 5,58             | 52,94                                    | 0,10                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20    | 2,01              | 0,21    | 13,44            | 65,04                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200   | 0,11              | 0,00    | 7,01             | 28,47                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 420   | 11,21             | 12,77   | 42,76            | 333,59                                   | 0,38                  |
| Всего                         |                     |                                                    |       | 50,84             | 48,93   | 245,27           | 1 639,37                                 | 289,37                |

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,