

Утверждаю

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

# МЕНЮ

30 мая 2023 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                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                   | 150   | 4,7               | 10,1    | 3,2              | 122                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 8                   | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 60    | 0,6               | 2,7     | 2,4              | 37                                       | 2,2                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                               | 30    | 2,3               | 0,3     | 14,4             | 70                                       | 0                     |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                    | 6     | 0,1               | 5       | 0,1              | 45                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 180   | 2,8               | 3       | 10,2             | 78                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                     | 426   | 10,5              | 21,1    | 30,3             | 352                                      | 3                     |
| II Завтрак                    |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                              | 67    | 0,2               | 0,2     | 5,5              | 25                                       | 5,6                   |
| Итого                         |                     |                                                     | 67    | 0,2               | 0,2     | 5,5              | 25                                       | 5,6                   |
| Обед                          |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                     | 60    | 0,8               | 3,7     | 4,4              | 54                                       | 2                     |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ | 200/9 | 6,1               | 3,4     | 15,1             | 116                                      | 3,3                   |
| 2008                          | 299                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>МЯСОМ                   | 180   | 7,7               | 11,2    | 26,3             | 237                                      | 13,3                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 20    | 2,2               | 0,2     | 14,8             | 72                                       | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 55    | 2,6               | 0,3     | 13,5             | 72                                       | 0                     |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                    | 200   | 0,1               |         | 13               | 54                                       | 1,9                   |
| Итого                         |                     |                                                     | 724   | 19,5              | 18,8    | 87,1             | 605                                      | 20,5                  |
| Полдник                       |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | 9                   | ВАРЕНЕЦ                                             | 127   | 3,7               | 3,2     | 5,2              | 67                                       | 1,01                  |
| 2008                          | 10                  | ПЕЧЕНЬЕ                                             | 34    | 2,6               | 3,4     | 25,4             | 143                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                     | 161   | 6,3               | 6,6     | 30,6             | 210                                      | 1,01                  |
| Ужин                          |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                                  | 60    | 1,1               | 3,3     | 8,2              | 67                                       | 0,1                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 30    | 3,3               | 0,4     | 22               | 107                                      | 0                     |
| 2008                          | 258                 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С<br>ТВОРОГОМ                   | 130   | 10,3              | 8,2     | 12,7             | 168                                      | 0,6                   |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                       | 200   | 2,4               | 2,5     | 9,5              | 70                                       | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                     | 420   | 17,1              | 14,4    | 52,4             | 412                                      | 1,1                   |
| Всего                         |                     |                                                     |       | 53,6              | 61,1    | 205,9            | 1604                                     | 31,21                 |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.