

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Галимова А.Д./

МЕНЮ

30 октября 2025 г.

Ясли 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,65	4,96	3,74	65,59	0,30
2008	1	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	2,27	2,34	11,35	74,67	0,39
Итого			320	5,52	7,50	24,91	187,86	0,69
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,49	2,03	2,37	29,68	4,76
2008	116	СУП-ХАРЧО НА М/К БУЛЬОНЕ	150	1,11	1,14	9,23	52,00	2,86
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	3,53	7,49	15,76	144,75	8,04
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,09	0,33	20,70	100,20	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	6,84	36,20	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	16,36	78,82	60,95
Итого			540	10,04	11,37	71,26	441,65	76,61
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	110	3,43	2,96	4,96	63,83	0,35
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,22	4,10	0,00	50,00	0,10
2008	1	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			144	8,25	7,26	14,78	161,43	0,45
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,36	1,94	1,70	25,65	1,09
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	20,90	12,23	5,67	215,48	0,57
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	6,84	36,20	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,12	0,00	5,78	23,59	0,02
Итого			370	22,70	14,35	19,99	300,92	1,68
Всего				46,51	40,48	130,94	1 091,86	79,43

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,