

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Галимова А.Д./

МЕНЮ

30 октября 2025 г.

Сад 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	200	2,37	5,90	5,36	83,12	0,44
2008	1	БАТОН	30	2,39	0,30	14,64	70,97	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
	12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,04	3,11	15,31	100,21	0,52
Итого			436	7,86	14,29	35,37	299,30	0,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,78	0,00	11,43	48,55	269,40
Итого			150	0,78	0,00	11,43	48,55	269,40
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,41	2,89	36,27	15,96
2008	116	СУП-ХАРЧО НА М/К БУЛЬОНЕ	200	1,58	1,42	12,88	71,22	4,25
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	8,46	14,47	22,97	256,25	11,69
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,08	0,44	27,31	132,19	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,87	0,25	9,68	51,25	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,44	0,17	17,87	83,02	52,53
Итого			710	17,10	19,16	93,60	630,20	84,43
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	110	3,19	2,75	4,62	59,35	0,33
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,24	4,12	0,00	50,26	0,10
2008	1	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			144	8,03	7,07	14,44	157,21	0,43
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,62	2,55	2,78	36,53	2,02
	27	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	7,47	7,40	5,34	117,31	0,29
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,87	0,25	9,68	51,25	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	6,07	24,70	0,02
Итого			430	10,06	10,20	23,87	229,79	2,33
Всего				43,83	50,72	178,71	1 365,05	357,55

Перфилова А.О.

Руденко О.В.,