

МБДОУ "Детский сад

МБДОУ "Детский сад № 365" г.о. Самара

/Гриднева Е.В./

**2 апреля 2024 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 |                                          |                       |
| <b>Завтрак</b>                |                     |                                                     |            |                   |             |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                   | 140        | 5                 | 10          | 3,7              | 125                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 8                   | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 40         | 0,8               | 3,6         | 3,1              | 48                                       | 2,8                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                               | 20         | 1,6               | 0,2         | 9,8              | 48                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 150        | 2,9               | 3,1         | 9,3              | 76                                       | 0,5                   |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                                     | <b>350</b> | <b>10,3</b>       | <b>16,9</b> | <b>25,9</b>      | <b>297</b>                               | <b>3,7</b>            |
| <b>II Завтрак</b>             |                     |                                                     |            |                   |             |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                       | 30         | 0,2               |             | 2,2              | 9                                        | 51,6                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                                     | <b>30</b>  | <b>0,2</b>        |             | <b>2,2</b>       | <b>9</b>                                 | <b>51,6</b>           |
| <b>Обед</b>                   |                     |                                                     |            |                   |             |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                     | 30         | 0,4               | 2,4         | 2,5              | 34                                       | 1,2                   |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ | 180        | 4,6               | 1,6         | 13,9             | 87                                       | 2,8                   |
| 2008                          | 299                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>МЯСОМ                   | 165        | 8,2               | 11,5        | 24,3             | 234                                      | 12,3                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 20         | 2,1               | 0,2         | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 40         | 2,7               | 0,4         | 13,8             | 73                                       | 0                     |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                    | 150        | 0,1               |             | 9,5              | 40                                       | 1,4                   |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                                     | <b>585</b> | <b>18,1</b>       | <b>16,1</b> | <b>77,8</b>      | <b>535</b>                               | <b>17,7</b>           |
| <b>Полдник</b>                |                     |                                                     |            |                   |             |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 9                   | ВАРЕНЕЦ                                             | 117        | 3,4               | 2,9         | 4,8              | 62                                       | 0,94                  |
| 2008                          | 10                  | ПЕЧЕНЬЕ                                             | 38         | 2,9               | 3,8         | 28,7             | 161                                      | 0                     |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                                     | <b>155</b> | <b>6,3</b>        | <b>6,7</b>  | <b>33,5</b>      | <b>223</b>                               | <b>0,94</b>           |
| <b>Ужин</b>                   |                     |                                                     |            |                   |             |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 258                 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С<br>ТВОРОГОМ                   | 95         | 9,9               | 7,1         | 10,7             | 162                                      | 0,6                   |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                                  | 40         | 0,8               | 2,4         | 5,3              | 47                                       | 0,1                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 20         | 2,1               | 0,2         | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                       | 150        | 1,9               | 2           | 7,2              | 54                                       | 0,3                   |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                                     | <b>305</b> | <b>14,7</b>       | <b>11,7</b> | <b>37</b>        | <b>330</b>                               | <b>1</b>              |
| <b>Всего</b>                  |                     |                                                     |            | <b>49,6</b>       | <b>51,4</b> | <b>176,4</b>     | <b>1394</b>                              | <b>74,94</b>          |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,