Согласовано \_\_\_\_\_\_\_Букарина Е.П.

**Меню ясли**

25.12.23

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | 2015 №174 | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным | 150 | 6 | 7 | 27 | 188 | |
| 2015 №359 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 2 | 2 | 18 | 65 | |
| ТУ | Батончик к чаю | 20 | 1 | 1 | 9 | 55 | |
| 2015 №14 | Масло сливочное | 10 | 0 | 7 | 0 | 67 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **330** | **9** | **17** | **53** | **374** | |
| **2 Завтрак** | ТУ | Сок | 200 | 1 | 1 | 13 | 61 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **200** | **1** | **1** | **13** | **61** | |
| **Обед** | 2015 №83 | Суп картофельный с рыбными консервами | 160 | 4 | 4 | 1 | 69 | |
| ттк | Котлета мясная | 50 | 14 | 9 | 14 | 195 | |
| 2015 №332 | Рис отварной | 110 | 5 | 4 | 36 | 200 | |
| 2016 №366 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| 2015 №127 | Компот из ягод с/м | 150 | 0,1 | 0 | 14 | 57 | |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 30 | 2 | 0,3 | 10 | 50 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **520** | **27** | **17** | **85** | **478** | |
| **Уплотненный полдник** | 2015 №229 | Омлет натуральный с зеленым горошком | 150 | 10,6 | 21,9 | 8,7 | 275 | |
| 2015 №7 | Сыр порциями | 10 | 2,3 | 3,8 | 0 | 43 | |
|
|
|
|
| 2015 №377 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 1 | 45 |
| ТУ | Батончик к чаю | 20 | 1,5 | 0,6 | 10 | 61 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **330** | **14** | **26** | **20** | **424** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1380** | **46** | **64** | **194** | **1480** |

Согласовано \_\_\_\_\_\_\_Букарина Е.П.

**Меню сад**

25.12.23

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** |
| **Завтрак** | 2015 №174 | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным | 180 | 8 | 9 | 32 | 254 |
| 2015 №414 | Кофейный напиток на молоке | 180 | 2 | 2 | 22 | 119 |
| ТУ | Батончик к чаю | 30 | 1 | 1 | 13 | 83 |
| 2015 №14 | Масло сливочное | 10 | 0 | 7 | 0 | 67 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **400** | **11** | **19** | **69** | **523** |
| **2 Завтрак** | ТУ | Сок | 200 | 1 | 1 | 13 | 61 |
|  |  | Итого за прием пищи | **200** | **1** | **1** | **13** | **61** |
| **Обед** | 2015 №83 | Суп картофельный с рыбными консервами | 200 | 4 | 2 | 16 | 96 |
| ттк | Котлета мясная | 70 | 20 | 13 | 19 | 274 |
| 2015 №332 | Рис отварной | 130 | 7 | 5 | 47 | 260 |
| 2015 №366 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №393 | Компот из ягод с/м | 180 | 0,2 | 0 | 17 | 69 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 50 | 3 | 0,5 | 17 | 84 |
|  |  | Итого за прием пищи | **650** | **31** | **28** | **132** | **762** |
| **Уплотненный полдник** | 2015 №229 | Омлет натуральный с зеленым горошком | 170 | 11,9 | 24,8 | 9,9 | 310,3 |
| 2015 №7 | Сыр порциями | 10 | 2,3 | 3,8 | 0 | 43 |
|
|
|
|
| 2015 №411 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 1,2 | 54 |
| ТУ | Батончик к чаю | 30 | 1,8 | 0,7 | 12 | 73 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **390** | **16** | **29** | **23** | **481** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1640** | **58** | **75** | **232** | **1760** |