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

**Меню ясли**

22.01.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |
| **Завтрак**  | 2010 №38 | Каша «Дружба» молочная жидкая  | 150 | 4,6 | 2,7 | 25,3 | 150,1 |
| 2015 №378 | Чай с молоком | 180 | 3,2 | 3,2 | 12,4 | 105 |
| ТУ | Батончик к чаю | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 66,5 |
| 2015 №14 | Масло сливочное | 8 | 0,1 | 5,7 | 0,1 | 52,9 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **363** | **10,1** | **12,7** | **50,7** | **370,5** |
|  **2 Завтрак**  | 2015 № 389 | Сок  | 150 | 0 | 0 | 15,3 | 66 |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **0** | **0** | **15,3** | **66** |
| **Обед**  | 2015 №111 | Суп с макаронными изделиями и курой | 150/10 | 3,6 | 3,4 | 9,5 | 83,1 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №279 | «Ежики» мясные со сметанным соусом | 60/25 | 7 | 12,4 | 6,8 | 182,3 |
| 2015 №75 | Икра свекольная | 20 | 0,4 | 1 | 1,6 | 21,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №127 | Компот из свежих яблок  | 150 | 0,1 | 0 | 10,4 | 44 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 36 | 2,4 | 0,4 | 12 | 62,6 |
|  |  | Итого за прием пищи | **451** | **13,5** | **17,4** | **40,1** | **393,9** |
| **Уплотненный полдник** | 2015 №210 | Омлет натуральный  | 140 | 10,6 | 13,9 | 3,7 | 197,5 |
| 2015 №15 | Сыр порциями | 10 | 2,6 | 2,6 | 0 | 34,3 |
|
|
|
|
| 2015 №377 | Чай без сахара | 150 | 0 | 0 | 0 | 0,4 |
| ТУ | Батончик к чаю | 25 | 1,5 | 0,6 | 12,9 | 65,5 |
| 2010 №108 | Ватрушка с повидлом | 50 | 4 | 2,1 | 32,7 | 166,5 |
|  | Итого за прием пищи | **375** | **19,3** | **18,8** | **48,9** | **464,3** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1339** | **42,9** | **48,9** | **154,9** | **1294,7** |

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

**Меню сад**

22.01.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |
| **Завтрак**  | 2010 №38 | Каша «Дружба» молочная жидкая  | 200 | 6,2 | 3,7 | 33,3 | 200,1 |
| 2015 №378 | Чай с молоком | 180 | 3,2 | 3,2 | 12,4 | 105 |
| ТУ | Батончик к чаю | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,9 | 78,5 |
| 2015 №14 | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,7 | 0,1 | 66,1 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **420** | **12,1** | **15,7** | **61,7** | **446,5** |
|  **2 Завтрак**  | 2015 № 389 | Сок  | 180 | 0 | 0 | 18,3 | 79 |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **0** | **0** | **18,3** | **79** |
| **Обед**  | 2015 №111 | Суп с макаронными изделиями и курой | 180/10 | 3,9 | 3,4 | 11,5 | 94,6 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №279 | «Ежики» мясные со сметанным соусом | 120/50 | 14 | 25,4 | 13,8 | 364,3 |
| 2015 №75 | Икра свекольная | 30 | 0,7 | 1,5 | 2,6 | 32,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №127 | Компот из свежих яблок  | 180 | 0,1 | 0 | 12,4 | 52 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 45 | 3,4 | 0,5 | 15 | 78,6 |
|  |  | Итого за прием пищи | **615** | **21,5** | **30,4** | **54,9** | **623,9** |
| **Уплотненный полдник** | 2015 №210 | Омлет натуральный  | 160 | 12,6 | 15,9 | 3,7 | 225,5 |
| 2015 №15 | Сыр порциями | 10 | 2,6 | 2,6 | 0 | 34,3 |
|
|
|
|
| 2015 №377 | Чай без сахара | 180 | 0 | 0 | 0 | 0,5 |
| ТУ | Батончик к чаю | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,9 | 78,5 |
| 2010 №108 | Ватрушка с повидлом | 50 | 4 | 2,1 | 32,7 | 166,5 |
|  | Итого за прием пищи | **430** | **21,3** | **20,8** | **51,9** | **505,3** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1645** | **54,9** | **67,9** | **186,9** | **1654,7** |