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

**Меню ясли**

10.01.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |
| **Завтрак**  | 2010 №33 | Каша молочная рисовая | 150 | 3,6 | 2,5 | 20,9 | 125,5 |
| 2015 №382 | Какао с молоком | 180 | 4,8 | 4,8 | 14,1 | 129,9 |
| ТУ | Батон йодированный | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| 2015 №14 | Масло сливочное | 8 | 0,1 | 5,8 | 0,1 | 52,9 |
| 2015 №15 | Сыр порциями | 10 | 2,6 | 2,6 | 0 | 34,4 |
|  |  | Итого за прием пищи | **373** | **13,0** | **16,4** | **48** | **408,2** |
|  **2 Завтрак**  | 2015 №386 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,4 | 4,8 | 6 | 88,5 |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **4,4** | **4,8** | **6** | **88,5** |
| **Обед**  | 2015 №88 | Щи из свежей капусты со сметаной | 150 | 1,3 | 2,1 | 5,5 | 47,8 |
| 2015 №280 | Фрикадельки мясные в соусе | 50/50 | 8,8 | 10,2 | 11 | 178,6 |
| 2015 №171 | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 6,6 | 4,2 | 30 | 186,9 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №348 | Напиток из сухофруктов  | 150 | 0,2 | 0 | 9,1 | 37,7 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 36 | 2,4 | 0,4 | 12,0 | 62,6 |
|  |  | Итого за прием пищи | **546** | **19,3** | **16,9** | **67,6** | **513,6** |
| **Уплотненный полдник** | ттк  | Жаркое по- домашнему | 200 | 7,9 | 18,2 | 25,2 | 311,8 |
| ттк | Кукуруза конс. | 15 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7 |
|
|
|
|
| ттк | Молочный ванильный напиток | 150 | 4,3 | 4,5 | 12,7 | 118,8 |
| ТУ | Батон йодированный | 20 | 1,5 | 0,6 | 10 | 61 |
|  | Печенье  | 18 | 1,1 | 6,9 | 11,9 | 111 |
|  | Итого за прием пищи | **403** | **15,5** | **30,4** | **63,8** | **614,3** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1472** | **52,2** | **68,5** | **185,4** | **1624,6** |

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

**Меню сад**

10.01.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |
| **Завтрак**  | 2010 №33 | Каша молочная рисовая | 200 | 4,7 | 3,4 | 27,8 | 167,4 |
| 2015 №382 | Какао с молоком | 180 | 4,8 | 4,8 | 14,1 | 129,9 |
| ТУ | Батон йодированный | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| 2015 №14 | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 2015 №15 | Сыр порциями | 10 | 2,6 | 2,6 | 0 | 34,4 |
|  |  | Итого за прием пищи | **430** | **14,6** | **19** | **57,4** | **476,7** |
|  **2 Завтрак**  | 2015 №386 | Кисломолочный напиток | 180 | 5,2 | 5,8 | 7,2 | 106,5 |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **5,2** | **5,8** | **7,2** | **106,5** |
| **Обед**  | 2015 №88 | Щи из свежей капусты со сметаной | 180 | 1,5 | 2,6 | 6,7 | 58,3 |
| 2015 №280 | Фрикадельки мясные в соусе | 50/50 | 8,8 | 10,2 | 11 | 178,6 |
| 2015 №171 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 7,8 | 4,9 | 35,4 | 220,6 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №348 | Напиток из сухофруктов  | 180 | 0,2 | 0 | 10,9 | 45,3 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 45 | 3,0 | 0,5 | 15,0 | 78,6 |
|  |  | Итого за прием пищи | **635** | **21,3** | **18,2** | **79** | **581,1** |
| **Уплотненный полдник** | ттк  | Жаркое по- домашнему | 200 | 7,9 | 18,2 | 25,2 | 311,8 |
| ттк | Кукуруза конс. | 20 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7 |
|
|
|
|
| ттк | Молочный ванильный напиток | 200 | 5,7 | 6 | 17 | 158,8 |
| ТУ | Батон йодированный | 35 | 2,6 | 1 | 18 | 91,7 |
|  | Печенье  | 18 | 1,1 | 6,9 | 11,9 | 111 |
|  | Итого за прием пищи | **473** | **17,8** | **31,5** | **72,8** | **673,9** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1718** | **58,9** | **74,5** | **216,4** | **1837,9** |