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

**Меню ясли**

23.01.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | 2010 №34 | Каша геркулесовая молочная | 150 | 4,1 | 3,3 | 15,8 | 115 | |
| 2015 №379 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 3,8 | 3,7 | 12,9 | 109 | |
|  | Батон йодированный | 25 | 1,5 | 0,6 | 12,9 | 65,5 | |
| 2015 №14 | Масло сливочное порциями | 8 | 0,1 | 5,8 | 0,1 | 52,9 | |
| 2015 №209 | Яйцо вареное | 40 | 4,8 | 4,0 | 0,3 | 63 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **373** | **14,7** | **17,6** | **42,3** | **404,8** | |
| **2 Завтрак** |  | Фрукт | 130 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 61,1 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **130** | **0,5** | **0,5** | **12,7** | **61,1** | |
| **Обед** | 2015 №96 | Рассольник со сметаной | 150 | 1,6 | 2,2 | 10,5 | 70 | |
| 2004 №400 | Суфле рыбное | 50 | 8,6 | 5,5 | 0,6 | 96 | |
| 2015 №128 | Картофельное пюре | 130 | 2,8 | 4,1 | 18,1 | 126,8 | |
| 2015 №71 | Зеленый горошек конс. | 20 | 0,2 | 0 | 0,3 | 3 | |
| 2015 №388 | Напиток из шиповника и изюма | 150 | 0,5 | 0,1 | 14,5 | 66 | |
|  | Хлеб ржаной йодированный | 36 | 2,4 | 0,5 | 12 | 63 | |
|
|
|  |  | Итого за прием пищи | **546** | **16,1** | **12,3** | **56,3** | **425** | |
| **Уплотненный полдник** | 2013 №297 | Запеканка творожная с яблоками | 120 | 14,8 | 9 | 30,3 | 273,7 | |
| 2013 №626 | Соус из кураги | 20 | 0,1 | 0 | 3,9 | 16,4 | |
|
|
|
|
| 2015 №411 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 4,5 | 18 |
|  | Батон йодированный | 25 | 1,9 | 0,7 | 13 | 65 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **315** | **16,9** | **9,6** | **51,6** | **373,9** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1364** | **48,2** | **50** | **162,6** | **1264,6** |

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

**Меню сад**

23.01.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | 2010 №34 | Каша геркулесовая молочная | 200 | 5,1 | 4,3 | 21,8 | 154 | |
| 2015 №379 | Кофейный напиток на молоке | 180 | 4,8 | 4,7 | 15,9 | 129 | |
|  | Батон йодированный | 30 | 2,5 | 0,9 | 15,9 | 78,5 | |
| 2015 №14 | Масло сливочное порциями | 10 | 0,1 | 7,8 | 0,1 | 66,9 | |
| 2015 №209 | Яйцо вареное | 40 | 4,8 | 4,0 | 0,3 | 63 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **460** | **17,2** | **21,6** | **52,3** | **491,8** | |
| **2 Завтрак** |  | Фрукт | 130 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 61,1 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **130** | **0,5** | **0,5** | **12,7** | **61,1** | |
| **Обед** | 2015 №96 | Рассольник со сметаной | 180 | 2 | 2,7 | 12,5 | 84 | |
| 2004 №400 | Суфле рыбное | 90 | 15,6 | 9,5 | 1,6 | 172 | |
| 2015 №128 | Картофельное пюре | 150 | 3,8 | 4,8 | 20,1 | 146,8 | |
| 2015 №71 | Зеленый горошек конс. | 30 | 0,2 | 0 | 0,3 | 4 | |
| 2015 №388 | Напиток из шиповника и изюма | 180 | 0,5 | 0,1 | 17,5 | 76 | |
|  | Хлеб ржаной йодированный | 45 | 3 | 0,5 | 15 | 78 | |
|
|
|  |  | Итого за прием пищи | **695** | **24,7** | **17,3** | **68,3** | **566** | |
| **Уплотненный полдник** | 2013 №297 | Запеканка творожная с яблоками | 150 | 18,8 | 11 | 38,3 | 342,7 | |
| 2013 №626 | Соус из кураги | 30 | 0,1 | 0 | 5,9 | 24,4 | |
|
|
|
|
| ттк | Кисель витаминизированный | 200 | 0 | 0 | 24,5 | 98 |
|  | Батон йодированный | 35 | 2,9 | 1 | 18 | 93 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **415** | **21,4** | **12,6** | **86,6** | **556,9** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1700** | **63,8** | **52** | **219,6** | **1675,6** |