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

**Меню ясли**

31.01.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |
| **Завтрак**  | 2010 №32 | Каша пшенная молочная жидкая | 150 | 4 | 3 | 19 | 127 |
| 2015 №382 | Какао с молоком  | 180 | 4 | 4 | 13 | 117 |
| ТУ | Батон йодированный | 25 | 1,5 | 0,6 | 12 | 65 |
| 2015 №209 | Яйцо вареное  | 40 | 4 | 4 | 0,№ | 62 |
| 2015 №14 | Масло сливочное порциями | 8 | 0,1 | 5,8 | 0,1 | 52,9 |
|  |  | Итого за прием пищи | **403** | **15** | **17** | **46** | **426** |
| **2 Завтрак** | 2015 №389 | Сок  | 150 | 0 | 0 | 15 | 66 |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **0** | **0** | **15** | **66** |
| **Обед**  | 2015 №97 | Суп картофельный рыбный | 170 | 5,2 | 2 | 12 | 85 |
| ттк | Рагу из овощей с курой | 180 | 10 | 8 | 18 | 202 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №388 | Напиток из шиповника с изюмом | 150 | 1 | 0 | 14 | 66 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 36 | 2 | 0,5 | 12 | 62 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **536** | **17** | **10** | **57** | **416** |
| **Уплотненный полдник** | 2015 №222 | Пудинг творожный | 120 | 18 | 6,5 | 18,6 | 222,6 |
| 2008 №10 | Фруктовая подлива | 20 | 0 | 0 | 10 | 38 |
|
|
|
|
| 2015 №376 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 4,5 | 18 |
| 2004 №775 | Плюшка  | 50 | 4,5 | 6,6 | 35 | 220 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **340** | **23,5** | **13** | **67** | **500** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1429** | **56** | **41,6** | **185,2** | **1408,7** |

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

**Меню сад**

31.01.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |
| **Завтрак**  | 2010 №32 | Каша пшенная молочная жидкая | 200 | 5 | 4 | 25 | 169 |
| 2015 №382 | Какао с молоком  | 180 | 4 | 4 | 13 | 117 |
| ТУ | Батон йодированный | 30 | 2 | 0,9 | 15 | 78 |
| 2015 №209 | Яйцо вареное  | 40 | 4 | 4 | 0,№ | 62 |
| 2015 №14 | Масло сливочное порциями | 10 | 0,1 | 7,8 | 0,1 | 66,9 |
|  |  | Итого за прием пищи | **403** | **15** | **17** | **46** | **426** |
| **2 Завтрак** | 2015 №389 | Сок  | 180 | 0 | 0 | 18 | 76 |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **0** | **0** | **18** | **76** |
| **Обед**  | 2015 №97 | Суп картофельный рыбный | 225 | 6,2 | 2,4 | 16 | 112 |
| ттк | Биточек «Смачный» | 70 | 10 | 13 | 99 | 213 |
| 2015 №143 | Рагу из овощей  | 150 | 3 | 3 | 15 | 103 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №388 | Напиток из шиповника с изюмом | 180 | 1 | 0 | 17 | 79 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 45 | 3 | 0,5 | 15 | 78 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **670** | **23** | **19** | **73** | **586** |
| **Уплотненный полдник** | 2015 №222 | Пудинг творожный | 160 | 24 | 8,5 | 24,6 | 297,6 |
| 2008 №10 | Фруктовая подлива | 30 | 0 | 0 | 14 | 58 |
|
|
|
|
| 2015 №376 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 5 | 21 |
| 2004 №775 | Плюшка  | 50 | 4,5 | 6,6 | 35 | 220 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **420** | **29,5** | **15** | **79** | **597** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1673** | **70** | **55,6** | **226,2** | **1757,7** |