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** |