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

**Меню ясли**

19.12.23

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** |
| **Завтрак** | 2015 №1 | Каша ячневая молочная жидкая | 150 | 4,1 | 3,3 | 15,8 | 115,2 |
| 2015 №419 | Молоко кипяченое | 150 | 0,1 | 0 | 0 | 8,3 |
| ТУ | Батон йодированный | 20 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| 2015 №6 | Масло сливочное | 10 | 4,8 | 4,0 | 0,3 | 62,8 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **330** | **14,6** | **11,7** | **41,9** | **351,6** |
| **2 Завтрак** | 2015 №420 | Кефир | 150 | 4,4 | 4,8 | 6,0 | 88,5 |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **4,4** | **4,8** | **6,0** | **88,5** |
| **Обед** | 2015 №87 | Суп гороховый | 160 | 3,0 | 7,8 | 6,4 | 120,2 |
| ттк | Люля – кебаб из куры | 50 | 8,6 | 5,5 | 0,6 | 95,9 |
| 2015 №179 | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 2,8 | 4,1 | 18,1 | 126,8 |
| 2015 №366 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №393 | Компот из ягод с/м | 150 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 37,7 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 30 | 2,4 | 0,4 | 12,0 | 62,6 |
|  |  | Итого за прием пищи | **520** | **17,2** | **17,8** | **46,8** | **446,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Уплотненный полдник** | 2015№229 | Омлет натуральный | 150 | 13,2 | 25,5 | 2,5 | 293 |
| 2015 №7 | Сыр порциями | 10 | 2,3 | 3,8 | 0 | 43 |
|
|
|
|
| 2015 №411 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 1 | 45 | |
| ТУ | Батон йодированный | 20 | 1,5 | 0,6 | 10 | 61 | |
|
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Итого за прием пищи | **330** | **17** | **29,9** | **13,5** | **442** | |
|  |  | **Итого за целый день** | **1330** | **56,6** | **72,7** | **172** | **1617,5** | |

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

**Меню сад**

19.12.23

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** |
| **Завтрак** | 2015 №1 | Каша ячневая молочная жидкая | 180 | 4,1 | 3,3 | 15,8 | 115,2 |
| 2015 №416 | Какао с молоком | 180 | 0,1 | 0 | 0 | 8,3 |
| ТУ | Батон йодированный | 30 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 |
| 2015 №6 | Масло сливочное | 10 | 4,8 | 4,0 | 0,3 | 62,8 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **400** | **14,6** | **11,7** | **41,9** | **351,6** |
| **2 Завтрак** | 2015 №420 | Кефир | 180 | 4,4 | 4,8 | 6,0 | 88,5 |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **4,4** | **4,8** | **6,0** | **88,5** |
| **Обед** | 2015 №87 | Суп гороховый | 200 | 3,0 | 7,8 | 6,4 | 120,2 |
| ттк | Люля – кебаб из куры | 70 | 8,6 | 5,5 | 0,6 | 95,9 |
| 2015 №179 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 2,8 | 4,1 | 18,1 | 126,8 |
| 2015 №366 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 0 | 0,6 | 3,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2015 №393 | Компот из ягод с/м | 180 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 37,7 |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 50 | 2,4 | 0,4 | 12,0 | 62,6 |
|  |  | Итого за прием пищи | **650** | **33** | **28** | **128** | **877** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Уплотненный полдник** | 2015№229 | Омлет натуральный | 170 | 14,9 | 28,8 | 2,9 | 331,2 |
| 2015 №7 | Сыр порциями | 10 | 2,3 | 3,8 | 0 | 43,4 |
|
|
|
|
| 2015 №411 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 1,2 | 54 | |
| ТУ | Батон йодированный | 30 | 1,8 | 0,7 | 12 | 73,2 | |
|
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Итого за прием пищи | **390** | **19** | **33** | **16,1** | **501,8** | |
|  |  | **Итого за целый день** | **1620** | **69,2** | **84,8** | **209,6** | **1947,6** | |