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

**Меню ясли**

28.12.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | ТТК | Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом | | 150 | 5 | 6 | 12 | 200 | |
| ТТК | Чай с низким содержанием сахара | | 150 | 2 | 5 | 20 | 110 | |
| ТТК | Батон йодированный | | 20 | 1,4 | 0,5 | 9 | 62 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
| ТТК | Масло сливочное порциями | | 10 | 0 | 6 | 0 | 67 | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **330** | **9** | **20** | **41** | **439** | |
| **2 Завтрак** | ТТК | Чай с шиповником | | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 88 | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **200** | **1** | **0,2** | **20,2** | **88** | |
| **Обед** | ТТК | Суп полевой вегетарианский | | 160 | 3 | 5 | 7 | 144 | |
| ТТК | Печень по - строгановски | | 50 | 5 | 10 | 20 | 153 | |
| ТТК | Каша гречневая рассыпчатая | | 110 | 6 | 11 | 22 | 143 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
| ТТК | Напиток из с/ф | | 150 | 1 | 0 | 25 | 119 | |
| ТТК | Хлеб ржаной | | 30 | 2 | 0,5 | 8 | 60 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **500** | **10** | **7** | **88** | **606** | |
| **Уплотненный полдник** | ТТК | Рагу из овощей | | 150 | 6 | 5 | 10 | 123 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК | | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 2 | 52 |  |
| ТТК | | Батон | 50 | 2 | 2 | 30 | 148 |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | Итого за прием пищи | **350** | **8** | **7** | **42** | **323** |  |
|  |  | | **Итого за целый день** | **1380** | **42** | **38** | **193** | **1456** |  |

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

**Меню сад**

28.12.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | ТТК | Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом | | 180 | 5 | 7 | 19 | 224 | |
| ТТК | Чай с низким содержанием сахара | | 180 | 3 | 5 | 25 | 123 | |
| ТТК | Батон йодированный | | 30 | 1,6 | 0,7 | 11 | 63 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
| ТТК | Масло сливочное порциями | | 10 | 0 | 6 | 0 | 67 | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **400** | **10** | **20** | **55** | **477** | |
| **2 Завтрак** | ТТК | Чай с шиповником | | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 88 | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **200** | **1** | **0,2** | **20,2** | **88** | |
| **Обед** | ТТК | Суп полевой вегетарианский | | 180 | 3 | 6 | 9 | 154 | |
| ТТК | Печень по - строгановски | | 70 | 18 | 11 | 28 | 163 | |
| ТТК | Каша гречневая рассыпчатая | | 130 | 9 | 15 | 25 | 154 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
| ТТК | Напиток из с/ф | | 180 | 1 | 0 | 28 | 125 | |
| ТТК | Хлеб ржаной | | 50 | 3 | 0,5 | 11 | 63 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **610** | **27** | **22** | **110** | **658** | |
| **Уплотненный полдник** | ТТК | Рагу из овощей | | 180 | 7 | 6 | 12 | 138 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК | | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 3 | 54 |  |
| ТТК | | Батон | 50 | 2 | 2 | 30 | 148 |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | Итого за прием пищи | **410** | **9** | **8** | **45** | **340** |  |
|  |  | | **Итого за целый день** | **1620** | **47** | **50** | **230** | **1563** |  |