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

**Меню ясли**

**03.02.25**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал** |
| **Завтрак**  | №177 2011 | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 7,5 | 8 | 30 | 227 |
| №692 2004 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 1,8 | 1,7 | 20,8 | 99 |
|  | Печенье  | 25 | 0,4 | 0,5 | 4,5 | 24,4 |
| №6 2011 | Масло сливочное | 8 | 0,08 | 5,8 | 0,08 | 59,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **338** | **9,8** | **16,4** | **55,8** | **409,6** |
|  **2 Завтрак**  |  | Сок | 150 | 0,7 | 0 | 15,1 | 63 |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **0,7** | **0** | **15,1** | **63** |
| **Обед**  | №202 2005 | Суп овощной на мясном бульоне со сметаной | 150 | 4 | 3 | 8 | 78 |
| №277 2011 | Гуляш из отварного мяса | 60 | 7 | 6 | 2 | 112 |
| №168 2011 | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 5 | 4 | 27 | 183 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| №394 | Напиток из ягод с/м | 150 | 0,1 | 0 | 22 | 73 |
|  | Хлеб ржаной | 35 | 2 | 0,5 | 12 | 74 |
|  |  | Итого за прием пищи | **505** | **20** | **14** | **73** | **522** |
| **Уплотненный полдник** | №216 2011 | Омлет натуральный с зеленым горошком | 130/15 | 15 | 26 | 2 | 232 |
| №7 2011 | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2 | 0 | 36 |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 7 | 31 |  |
|  | Батон | 25 | 1 | 0 | 12 | 59 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **330** | **19** | **29** | **22** | **359** |  |
|  |  | **Итого за целый день** | **1323** | **50** | **61** | **166** | **1354** |  |

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

**Меню сад**

**03.02.25**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал** |
| **Завтрак**  | №177 2011 | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5 | 9,5 | 10 | 37 | 276 |
| №692 2004 | Кофейный напиток на молоке | 180 | 2,8 | 2,7 | 25,8 | 118 |
|  | Печенье  | 25 | 0,4 | 0,5 | 4,5 | 24,4 |
| №6 2011 | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,8 | 0,08 | 74,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **400** | **11,8** | **20,4** | **66,8** | **493,6** |
|  **2 Завтрак**  |  | Сок | 180 | 0,9 | 0 | 18,1 | 76 |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **0,9** | **0** | **18,1** | **76** |
| **Обед**  | №202 2005 | Суп овощной на мясном бульоне со сметаной | 200 | 5 | 4 | 10 | 104 |
| №277 2011 | Гуляш из отварного мяса | 70 | 8 | 7 | 2 | 130 |
| №168 2011 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 6 | 5 | 32 | 216 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| №394 | Напиток из ягод с/м | 180 | 0,1 | 0 | 27 | 88 |
|  | Хлеб ржаной | 45 | 3 | 0,5 | 16 | 95 |
|  |  | Итого за прием пищи | **625** | **24** | **17** | **89** | **636** |
| **Уплотненный полдник** | №216 2011 | Омлет натуральный с зеленым горошком | 150/15 | 18 | 30 | 2 | 268 |
| №7 2011 | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2 | 0 | 36 |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 9 | 37 |  |
|  | Батон | 30 | 2 | 0 | 14 | 71 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **385** | **22** | **33** | **26** | **412** |  |
|  |  | **Итого за целый день** | **1590** | **60** | **72** | **201** | **1618** |  |