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

**Меню ясли**

05.03.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал** |
| **Завтрак**  | №179 2011 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150 | 5 | 6 | 20 | 160 |
| №397 2011 | Какао с молоком | 150 | 3 | 2 | 13 | 129 |
| ТТК | Батон йодированный | 25 | 1,4 | 0,1 | 12 | 59 |
| №6 2011 | Масло сливочное | 8 | 0 | 5 | 0 | 59 |
|  | Яйцо вареное | 40 | 2 | 2 | 0 | 29 |
|  |  | Итого за прием пищи | **378** | **12** | **17** | **46** | **437** |
|  **2 Завтрак**  |  | Фрукт  | 1 шт | 0,4 | 0,4 | 9,2 | 44 |
|  |  | Итого за прием пищи | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,2** | **44** |
| **Обед**  | №6 2011 | Щи на мясном бульоне со сметаной | 150 | 6 | 16 | 7 | 87 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №69 2003 | Запеканка картофельная с отварным мясом и свежим овощем порционно | 170/20 | 10 | 13 | 21 | 252 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| №401 2008 | Напиток из изюма | 150 | 0,2 | 0 | 13 | 56 |
|  | Хлеб ржаной | 35 | 2 | 0,5 | 12 | 74 |
|  |  | Итого за прием пищи | **525** | **20** | **30** | **55** | **470** |
| **Уплотненный полдник** | №168 2011 | Рис отварной | 100 | 3 | 4 | 40 | 213 |
| №248 2011 | Котлета рыбная | 70 | 10 | 6 | 4 | 117 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 7 | 31 |  |
| №469 2011 | Булочка домашняя | 50 | 3,4 | 6,5 | 26 | 178 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **370** | **17** | **17** | **79** | **539** |  |
|  |  | **Итого за целый день** | **1373** | **51** | **65** | **191** | **1490** |  |

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

**Меню сад** 05.03.2**5**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал** |
| **Завтрак**  | №179 2011 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 180 | 6 | 7 | 25 | 192 |
| №397 2011 | Какао с молоком | 180 | 3 | 3 | 15 | 154 |
| ТТК | Батон йодированный | 30 | 2,4 | 0,1 | 14 | 71 |
| №6 2011 | Масло сливочное | 10 | 0 | 7 | 0 | 74 |
|  | Яйцо вареное | 40 | 2 | 2 | 0 | 29 |
|  |  | Итого за прием пищи | **445** | **14** | **20** | **55** | **521** |
|  **2 Завтрак**  |  | Фрукт  | 1 шт | 0,4 | 0,4 | 9,2 | 44 |
|  |  | Итого за прием пищи | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,2** | **44** |
| **Обед**  | №6 2011 | Щи на мясном бульоне со сметаной | 200 | 8 | 19 | 10 | 104 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №69 2003 | Запеканка картофельная с отварным мясом и свежим овощем порционно | 200/30 | 12 | 16 | 27 | 305 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| №401 2008 | Напиток из изюма | 180 | 0,3 | 0 | 16 | 67 |
|  | Хлеб ржаной | 45 | 3 | 0,5 | 16 | 95 |
|  |  | Итого за прием пищи | **655** | **24** | **36** | **70** | **573** |
| **Уплотненный полдник** | №168 2011 | Рис отварной | 100 | 3 | 4 | 40 | 213 |
| №248 2011 | Котлета рыбная | 70 | 10 | 6 | 4 | 117 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 9 | 37 |  |
| №469 2011 | Булочка домашняя | 50 | 3,4 | 6,5 | 26 | 178 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **400** | **17** | **17** | **80** | **545** |  |
|  |  | **Итого за целый день** | **1595** | **57** | **74** | **216** | **1684** |  |