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

**Меню ясли**

11.02.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |  |
| **Завтрак**  | №179 2011 | Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным | 150 | 5 | 6 | 20 | 160 |  |
| №397 2011 | Какао с молоком | 150 | 3 | 2 | 13 | 129 |  |
|  | Батон йодированный  | 25 | 1,4 | 0,5 | 12 | 59 |  |
| №6 2011 | Масло сливочное | 8 | 0 | 5 | 0 | 59 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **338** | **10** | **14** | **46** | **407** |  |
|  **2 Завтрак**  |  | Напиток кисломолочный | 150 | 4 | 3 | 6 | 79 |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **4** | **3** | **6** | **79** |  |
| **Обед**  | №61 2011 | Щи со сметаной | 150 | 6 | 16 | 7 | 87 |  |
| №66 2003 | Жаркое по – домашнему с соленым огурцом | 170/20 | 9 | 12 | 17 | 297 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №639 2004 | Напиток из смеси сухофруктов | 150 | 0,1 | 0 | 15 | 64 |  |
|  | Хлеб ржаной  | 35 | 2 | 0,5 | 12 | 74 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **525** | **19** | **29** | **54** | **523** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Уплотненный полдник** | №204 2011 | Макароны отварные | 100 | 4 | 7 | 26 | 186 |  |
| №286 2012 | Тефтели мясные с соусом | 50/20 | 6 | 6 | 5 | 137 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 7 | 31 |
| №469 2011 | Выпечка  | 50 | 3,4 | 6,5 | 26 | 178 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **340** | **13** | **20** | **67** | **533** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1353** | **47** | **68** | **173** | **1543** |

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

**Меню сад**

11.02.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |  |
| **Завтрак**  | №179 2011 | Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным | 180 | 6 | 7 | 25 | 192 |  |
| №397 2011 | Какао с молоком | 180 | 3 | 3 | 15 | 154 |  |
|  | Батон йодированный  | 30 | 1,4 | 0,5 | 14 | 71 |  |
| №6 2011 | Масло сливочное | 10 | 0 | 7 | 0 | 74 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **405** | **12** | **18** | **55** | **491** |  |
|  **2 Завтрак**  |  | Напиток кисломолочный | 180 | 5 | 4 | 7 | 95 |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **5** | **4** | **7** | **95** |  |
| **Обед**  | №61 2011 | Щи со сметаной | 200 | 8 | 19 | 10 | 104 |  |
| №66 2003 | Жаркое по – домашнему с соленым огурцом | 200/30 | 10 | 15 | 20 | 349 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №639 2004 | Напиток из смеси сухофруктов | 180 | 0,1 | 0 | 19 | 77 |  |
|  | Хлеб ржаной  | 45 | 3 | 0,5 | 16 | 96 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **655** | **23** | **35** | **66** | **627** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Уплотненный полдник** | №204 2011 | Макароны отварные | 100 | 4 | 7 | 26 | 186 |  |
| №286 2012 | Тефтели мясные с соусом | 50/20 | 6 | 6 | 5 | 137 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 9 | 37 |
| №469 2011 | Выпечка  | 50 | 3,4 | 6,5 | 26 | 178 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **400** | **13** | **20** | **68** | **539** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1640** | **54** | **78** | **198** | **1754** |