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

**Меню ясли**

22.03.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | 2010 №31 | Каша манная молочная жидкая | 150 | 3,8 | 2,6 | 17,1 | 112,4 | |
| 2015 №379 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 4,5 | 4,5 | 15,4 | 129,9 | |
| ТУ | Батон йодированный | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 65,5 | |
| 2015 №6 | Масло сливочное | 8 | 0,1 | 5,8 | 0,1 | 52,9 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **363** | **10,3** | **13,6** | **45,5** | **360,7** | |
| **2 Завтрак** | 2010 №103 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,5 | 4,5 | 7 | 88 | |
|  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **4,5** | **4,5** | **7** | **88** | |
| **Обед** | 2015 №97 | Суп картофельный с рыбными консервами | 205 | 6,6 | 1,8 | 14,4 | 100,3 | |
| ттк | Котлета «Рыжик» | 70 | 9,9 | 11,9 | 7,6 | 180 | |
| ттк | Капуста тушеная со сметаной | 110 | 2,7 | 2,9 | 7,9 | 73,9 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| 2015 №393 | Компот из яблок свежих | 150 | 0,1 | 0,1 | 10,1 | 44 | |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 36 | 2,4 | 0,4 | 12 | 62,6 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **571** | **21,4** | **16,9** | **51,3** | **460,2** | |
| **Уплотненный полдник** | 2015 №222 | Пудинг творожный с фруктовой подливой | 140 | 18,7 | 6,5 | 18,8 | 260 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|
|
|
|
| 2015 №411 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 4,5 | 18 |
|  | Печенье | 18 | 1,1 | 6,9 | 11,9 | 111 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **308** | **19,5** | **13,6** | **44,5** | **391** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1392** | **55,9** | **48,5** | **147,0** | **1300,8** |

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

**Меню сад**

22.03.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | 2010 №31 | Каша манная молочная жидкая | 200 | 5,8 | 3,6 | 22,1 | 149,4 | |
| 2015 №379 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 4,5 | 4,5 | 15,4 | 129,9 | |
| ТУ | Батон йодированный | 30 | 2,9 | 0,9 | 15,9 | 78,5 | |
| 2015 №6 | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,8 | 0,1 | 66,9 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **420** | **12,3** | **16,6** | **53,5** | **424,7** | |
| **2 Завтрак** | 2010 №103 | Кисломолочный напиток | 180 | 5,5 | 5,5 | 7,2 | 106 | |
|  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **5,5** | **5,5** | **7,2** | **106** | |
| **Обед** | 2015 №97 | Суп картофельный с рыбными консервами | 205 | 6,6 | 1,8 | 14,4 | 100,3 | |
| ттк | Котлета «Рыжик» | 70 | 9,9 | 11,9 | 7,6 | 180 | |
| ттк | Капуста тушеная со сметаной | 130 | 3,7 | 3,4 | 9,9 | 86,9 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| 2015 №393 | Компот из яблок свежих | 180 | 0,1 | 0,1 | 12,1 | 53 | |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 45 | 3,4 | 0,5 | 15 | 76 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **630** | **22,4** | **17,9** | **58,3** | **497,2** | |
| **Уплотненный полдник** | 2015 №222 | Пудинг творожный с фруктовой подливой | 190 | 24,7 | 8,5 | 24,8 | 297 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|
|
|
|
| 2015 №411 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 5 | 21 |
|  | Печенье | 18 | 1,1 | 6,9 | 11,9 | 111 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **388** | **25,5** | **14,6** | **55,5** | **477** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1618** | **65,9** | **54,5** | **174,0** | **1506,8** |