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

**Меню ясли**

14.03.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | 2010 №34 | Каша геркулесовая молочная жидкая | 150 | 4,9 | 3,5 | 15,7 | 115 | |
| 2015 №378 | Чай с молоком | 180 | 3,8 | 3,8 | 12,1 | 109,9 | |
| 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** | **10,7** | **13,8** | **41,8** | **335,3** | |
| **2 Завтрак** | 2010 №103 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,4 | 4,8 | 6 | 88,6 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **4,4** | **4,8** | **6** | **88,6** | |
| **Обед** | 2015 №82 | Борщ из св. капусты со сметаной | 150 | 1,2 | 3,6 | 6 | 69,8 | |
| 2004 №438 | Азу из говядины | 50 | 8 | 7 | 2,9 | 121 | |
| 2003 №450 | Рис с овощами | 110 | 3,6 | 3,2 | 31 | 176,9 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| 2015 №394 | Напиток из смеси с/ф | 150 | 0,3 | 0,1 | 9,4 | 37,2 | |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 36 | 2,4 | 0,4 | 12,0 | 62,6 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **496** | **14,2** | **15,6** | **62,5** | **470,5** | |
| **Уплотненный полдник** | ттк | Капуста тушеная с мясом | 200 | 11 | 22,9 | 13,3 | 330 | |
| 2015 №376 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 4 | 18 | |
|
|
|
|
| 2004 №740 | Шанежка наливная с яйцами | 50 | 6 | 2 | 24 | 153 |
| ТУ | Батон йодированный | 25 | 1,5 | 0,6 | 12 | 65 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **425** | **9,6** | **25,6** | **55,9** | **568** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1434** | **48,1** | **59,9** | **165,6** | **1462,4** |

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

**Меню сад**

14.03.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | 2010 №34 | Каша геркулесовая молочная жидкая | 200 | 5,9 | 4,5 | 21,7 | 153 | |
| 2015 №378 | Чай с молоком | 180 | 3,8 | 3,8 | 12,1 | 109,9 | |
| 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** | **11,7** | **16,8** | **49,8** | **400,3** | |
| **2 Завтрак** | 2010 №103 | Кисломолочный напиток | 180 | 5,4 | 5,8 | 7 | 106,6 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **5,4** | **5,8** | **7** | **106,6** | |
| **Обед** | 2015 №82 | Борщ из св. капусты со сметаной | 180 | 1,2 | 4,6 | 8 | 84,8 | |
| 2004 №438 | Азу из говядины | 70 | 10 | 11 | 3,9 | 170 | |
| 2003 №450 | Рис с овощами | 130 | 3,6 | 4,2 | 37 | 211,9 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| 2015 №394 | Напиток из смеси с/ф | 180 | 0,3 | 0,1 | 10,4 | 45,2 | |
| ГОСТ | Хлеб ржаной йодированный | 45 | 3,4 | 0,4 | 15,0 | 78,6 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **605** | **19,2** | **20,6** | **74,5** | **589,5** | |
| **Уплотненный полдник** | ттк | Капуста тушеная с мясом | 200 | 11 | 22,9 | 13,3 | 330 | |
| 2015 №376 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 5 | 21 | |
|
|
|
|
| 2004 №740 | Шанежка наливная с яйцами | 50 | 6 | 2 | 24 | 153 |
| ТУ | Батон йодированный | 35 | 2,5 | 1 | 18 | 91 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **465** | **20,6** | **26,6** | **61,9** | **597** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1670** | **55,1** | **68,9** | **193,6** | **1694,4** |