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

**Меню ясли**

31.10.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** |
| **Завтрак** | ТТК | Каша пшеннаямолочная с маслом сливочным | 150 | 17 | 6 | 35 | 200 |
| ТТК | Чай с молоком и сахаром | 150 | 2 | 5 | 20 | 110 |
| ТТК | Батон йодированный | 20 | 1,4 | 0,5 | 9 | 62 |
| ТТК | Масло сливочное порциями | 10 | 0 | 6 | 0 | 67 |
| ТТК | Яйцо вареное | 47 | 2 | 1 | 22 | 24 |
|  |  | Итого за прием пищи | **377** | **26** | **20** | **77** | **463** |
| **2 Завтрак** | ТТК  ТТК | Чай с шиповником  Печенье | 150  17 | 0  1 | 0  3 | 13  11 | 54  57 |
|  |  |  | **167** | **1** | **3** | **24** | **111** |
| **Обед** | ТТК | Суп картофельный с мясом | 160 | 2 | 2 | 14 | 147 |
| ТТК | Гуляш «Болоньезе» | 50 | 8 | 9 | 10 | 98 |
| ТТК | Макароны отварные | 110 | 1 | 3 | 28 | 130 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК | Напиток из смеси с/ф | 150 | 0,1 | 0 | 10 | 60 |
| ТТК | Хлеб ржаной йодированный | 30 | 2 | 0,5 | 8 | 60 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **500** | **13** | **15** | **70** | **495** |
| **Уплотненный полдник** | ТТК | «Ежики» мясные со сметанным соусом | 150 | 5 | 10 | 7 | 187 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|
|
| ТТК | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 2 | 52 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| ТТК | Батон | 20 | 1,4 | 0,5 | 9 | 62 | |
|  | Итого за прием пищи | **320** | **10** | **11** | **117** | **301** | |
|  |  | **Итого за целый день** | **1364** | **50** | **49** | **288** | **1370** | |

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

**Меню сад**

31.10.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** |
| **Завтрак** | ТТК | Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 180 | 19 | 9 | 38 | 231 |
| ТТК | Чай с молоком и сахаром | 180 | 3 | 5,2 | 25 | 123 |
| ТТК | Батон йодированный | 30 | 1,6 | 0,7 | 11 | 63 |
| ТТК | Масло сливочное порциями | 10 | 0 | 6 | 0 | 67 |
| ТТК | Яйцо вареное | 47 | 2 | 1 | 22 | 24 |
|  |  | Итого за прием пищи | **447** | **26** | **20** | **77** | **508** |
| **2 Завтрак** | ТТК  ТТК | Чай с шиповником  Печенье | 180  17 | 0  1 | 0  3 | 15  11 | 65  57 |
|  |  |  | **197** | **1** | **3** | **24** | **122** |
| **Обед** | ТТК | Суп картофельный с мясом | 180 | 3 | 3 | 15 | 156 |
| ТТК | Гуляш «Болоньезе» | 70 | 9 | 10 | 12 | 103 |
| ТТК | Макароны отварные | 130 | 2 | 4 | 34 | 153 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК | Напиток из смеси с/ф | 180 | 0,16 | 0 | 15 | 62 |
| ТТК | Хлеб ржаной йодированный | 50 | 3 | 0,5 | 11 | 63 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **610** | **17** | **18** | **87** | **537** |
| **Уплотненный полдник** | ТТК | «Ежики» мясные со сметанным соусом | 170 | 7 | 13 | 8 | 197 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|
|
| ТТК | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 3 | 54 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| ТТК | Батон | 30 | 1,6 | 0,7 | 11 | 63 | |
|  | Итого за прием пищи | **380** | **10** | **11** | **117** | **314** | |
|  |  | **Итого за целый день** | **1634** | **56** | **59** | **260** | **1481** | |