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

**Меню ясли**

23.09.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |
| **Завтрак**  | ТТК | Каша молочная геркулесовая молочная со слив. маслом | 150 | 5 | 7 | 20 | 180 |
| ТТК | Чай с низким содерж. сахара | 150 | 0 | 0 | 0 | 52 |
| ТТК | Батончик к чаю  | 20 | 0,5 | 0,7 | 11 | 65 |
| ТТК | Масло сливочное порциями | 10 | 0 | 6 | 0 | 67 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **330** | **10** | **18** | **72** | **364** |
| **2 Завтрак** | ТТК | Чай с шиповником | 150 | 0 | 0 | 13 | 54 |
|  |  |  | **150** | **0** | **0** | **13** | **54** |
| **Обед**  | ТТК | Суп полевой на мясном бульоне | 160 | 4 | 3 | 14 | 119 |
| ТТК | Бефстроганов из отварного мяса | 50 | 5 | 4 | 9 | 102 |
| ТТК | Каша гречневая отварная  | 110 | 2 | 4 | 30 | 150 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК | Напиток из смеси сухофруктов | 150 | 0 | 0 | 19 | 73 |
| ТТК | Хлеб ржаной  | 30 | 2 | 0,5 | 8 | 60 |
|  |  | Итого за прием пищи | **500** | **13** | **10** | **70** | **504** |
| **Уплотненный полдник** | ТТК | Пудинг из творога с джемом | 120 | 12 | 10 | 19 | 305 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|
|
| ТТК | Чай с низким содержанием сахара  | 150 | 0,0 | 0 | 2 | 52 |
| ТТК | Батончик к чаю | 20 | 0,5 | 0,7 | 11 | 65 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **290** | **16** | **17** | **21** | **422** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1270** | **42** | **45** | **176** | **1344** |

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

**Меню сад**

23.09.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **№ рецептуры** | **Наименование****блюда** | **Выход**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Ккал**  |
| **Завтрак**  | ТТК | Каша молочная геркулесовая молочная со слив. маслом | 180 | 6 | 9 | 29 | 198 |
| ТТК | Чай с низким содерж. сахара | 180 | 0 | 0 | 3 | 54 |
| ТТК | Батончик к чаю  | 30 | 0,7 | 0,8 | 12 | 69 |
| ТТК | Масло сливочное порциями | 10 | 0 | 6 | 0 | 67 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **400** | **10** | **18** | **72** | **388** |
| **2 Завтрак** | ТТК | Чай с шиповником | 180 | 0 | 0 | 15 | 65 |
|  |  |  | **180** | **0** | **0** | **15** | **65** |
| **Обед**  | ТТК | Суп полевой на мясном бульоне | 180 | 5 | 4 | 15 | 122 |
| ТТК | Бефстроганов из отварного мяса | 70 | 6 | 5 | 10 | 122 |
| ТТК | Каша гречневая отварная  | 130 | 3 | 5 | 38 | 162 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ТТК | Напиток из смеси сухофруктов | 180 | 0 | 0 | 21 | 82 |
| ТТК | Хлеб ржаной  | 50 | 3 | 0,5 | 11 | 63 |
|  |  | Итого за прием пищи | **610** | **17** | **10** | **70** | **551** |
| **Уплотненный полдник** | ТТК | Пудинг из творога с джемом | 140 | 15 | 12 | 26 | 358 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|
|
| ТТК | Чай с низким содержанием сахара  | 180 | 0,0 | 0 | 3 | 54 |
| ТТК | Батончик к чаю | 30 | 0,7 | 0,8 | 12 | 69 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **350** | **16** | **17** | **21** | **481** |
|  |  | **Итого за целый день** | **1540** | **54** | **62** | **258** | **1485** |