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

**Меню ясли**

23.01.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** |  |
| **Завтрак** | №93 2011 | Суп молочный вермишелевый | 150 | 4 | 4 | 13 | 110 |  |
| №394 2011 | Чай с молоком и сахаром | 150 | 2 | 1 | 11 | 74 |  |
|  | Батон йодированный | 25 | 1,4 | 0,5 | 12 | 59 |  |
| №6 2011 | Масло сливочное порциями | 8 | 0 | 5 | 0 | 59 |  |
| №7 2011 | Сыр порциями | 8 | 1 | 2 | 0 | 28 |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **341** | **10** | **14** | **38** | **332** |  |
| **2 Завтрак** |  | Сок | 150 | 0 | 0 | 15 | 63 |  |
|  |  |  | **150** | **0** | **0** | **15** | **63** |  |
| **Обед** | №76 2011 | Рассольник со сметаной | 150 | 2 | 3 | 10 | 96 |  |
| 2003 | Печень тушеная в соусе | 60 | 11 | 3 | 4 | 126 |  |
| №68 2011 | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 5 | 4 | 27 | 183 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №394 2004 | Напиток из свежих яблок | 150 | 0,1 | 0 | 22 | 73 |  |
|  | Хлеб ржаной йодированный | 35 | 2 | 0,5 | 12 | 74 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **505** | **22** | **11** | **78** | **554** |  |
| **Уплотненный полдник** | №237 2011 | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 100/20 | 13 | 12 | 12 | 250 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №393 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 7 | 31 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Батон | 25 | 1,4 | 0,5 | 12 | 59 | |
|  | Итого за прием пищи | **295** | **15** | **12** | **33** | **341** | |
|  |  | **Итого за целый день** | **1291** | **48** | **39** | **164** | **1291** | |

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

**Меню сад**

23.01.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** |  |
| **Завтрак** | №93 2011 | Суп молочный вермишелевый | 180 | 5 | 5 | 16 | 132 |  |
| №394 2011 | Чай с молоком и сахаром | 180 | 2 | 2 | 14 | 89 |  |
|  | Батон йодированный | 30 | 2,4 | 0,5 | 14 | 71 |  |
| №6 2011 | Масло сливочное порциями | 10 | 0 | 7 | 0 | 74 |  |
| №7 2011 | Сыр порциями | 10 | 2 | 2 | 0 | 36 |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **410** | **12** | **17** | **45** | **402** |  |
| **2 Завтрак** |  | Сок | 180 | 0 | 0 | 18 | 76 |  |
|  |  |  | **180** | **0** | **0** | **18** | **76** |  |
| **Обед** | №76 2011 | Рассольник со сметаной | 200 | 2 | 4 | 13 | 128 |  |
| 2003 | Печень тушеная в соусе | 70 | 13 | 4 | 5 | 147 |  |
| №68 2011 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 6 | 5 | 32 | 216 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №394 2004 | Напиток из свежих яблок | 180 | 0,1 | 0 | 27 | 88 |  |
|  | Хлеб ржаной йодированный | 45 | 3 | 0,5 | 16 | 95 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **625** | **25** | **14** | **95** | **677** |  |
| **Уплотненный полдник** | №237 2011 | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 140/30 | 17 | 16 | 17 | 334 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №393 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 10 | 41 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Батон | 30 | 2,4 | 0,5 | 14 | 71 | |
|  | Итого за прием пищи | **380** | **19** | **16** | **42** | **446** | |
|  |  | **Итого за целый день** | **1595** | **59** | **49** | **201** | **1602** | |