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

**Меню ясли**

10.01.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | №177 2011 | Каша геркулесовая молочная с маслом слив. | 150 | 7 | 8 | 30 | 227 | |
| №394 2011 | Чай с сахаром и молоком | 150 | 2 | 2 | 11 | 74 | |
|  | Батон йодированный | 25 | 1,9 | 0,16 | 12 | 59 | |
| №6 2011 | Масло сливочное порциями | 8 | 0 | 6 | 0 | 59 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **330** | **10** | **16** | **74** | **387** | |
| **2 Завтрак** |  | Кисломолочный напиток | 150 | 4 | 3 | 6 | 79 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **150** | **4** | **3** | **6** | **79** | |
| **Обед** | №57 2011 | Борщ из св. капусты со сметаной | 150 | 3 | 5 | 8 | 86 | |
| №282 2011 | Котлета мясная | 70 | 13 | 13 | 12 | 221 | |
| №204 2011 | Макароны отварные | 110 | 5 | 9 | 29 | 205 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| 2004 | Напиток из сухофруктов | 150 | 0,3 | 0 | 15 | 64 | |
|  | Хлеб ржаной йодированный | 35 | 2 | 0,5 | 12 | 74 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **515** | **25** | **26** | **78** | **651** | |
| **Уплотненный полдник** | №237 2011 | Запеканка творожная с фруктовым джемом | 100/20 | 13 | 12 | 12 | 250 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 7 | 31 |  |
|  | Батон йодированный | 25 | 1,9 | 0,1 | 12 | 59 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **295** | **15** | **12** | **33** | **341** |  |
|  |  | **Итого за целый день** | **1298** | **56** | **59** | **172** | **1492** |  |

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

**Меню сад**

10.01.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | №177 2011 | Каша геркулесовая молочная с маслом слив. | 180 | 9 | 10 | 37 | 276 | |
| №394 2011 | Чай с сахаром и молоком | 180 | 2 | 2 | 14 | 89 | |
|  | Батон йодированный | 30 | 2 | 0,2 | 14 | 71 | |
| №6 2011 | Масло сливочное порциями | 10 | 0 | 7 | 0 | 74 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | **405** | **14** | **20** | **66** | **510** | |
| **2 Завтрак** |  | Кисломолочный напиток | 180 | 5 | 4 | 7 | 95 | |
|  |  | Итого за прием пищи | **180** | **5** | **4** | **7** | **95** | |
| **Обед** | №57 2011 | Борщ из св. капусты со сметаной | 200 | 5 | 6 | 10 | 114 | |
| №282 2011 | Котлета мясная | 70 | 13 | 13 | 12 | 221 | |
| №204 2011 | Макароны отварные | 130 | 5 | 9 | 29 | 205 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |
| 2004 | Напиток из сухофруктов | 180 | 0,4 | 0 | 19 | 77 | |
|  | Хлеб ржаной йодированный | 45 | 3 | 0,5 | 16 | 95 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого за прием пищи | **625** | **26** | **28** | **87** | **714** | |
| **Уплотненный полдник** | №237 2011 | Запеканка творожная с фруктовым джемом | 140/30 | 17 | 16 | 17 | 334 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 9 | 37 |  |
|  | Батон йодированный | 30 | 2 | 0,2 | 14 | 71 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за прием пищи | **380** | **19** | **16** | **41** | **443** |  |
|  |  | **Итого за целый день** | **1590** | **66** | **70** | **202** | **1763** |  |