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

**Меню ясли**

29.01.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | №172 2011 | Каша пшеничная молочная со сливочным маслом | | 150 | 5 | 9 | 28 | 220 | |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | | 150 | 0 | 0 | 7 | 31 | |
|  | Батон йодированный | | 25 | 1,4 | 0,5 | 12 | 59 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
| №6 2011 | Масло сливочное порциями | | 8 | 0 | 5 | 0 | 59 | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **338** | **7** | **15** | **49** | **369** | |
| **2 Завтрак** |  | Фрукт | | 100 | 0 | 0,2 | 9 | 44 | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **100** | **0** | **0,2** | **9** | **44** | |
| **Обед** | №76 2011 | Рассольник со сметаной | | 150 | 1 | 3 | 10 | 96 | |
| 2003 | Печень тушеная в сметане | | 60 | 11 | 3 | 4 | 126 | |
| №168 2011 | Каша гречневая рассыпчатая | | 110 | 5 | 4 | 27 | 183 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
| №401 2008 | Напиток из изюма | | 150 | 0 | 0 | 13 | 56 | |
|  | Хлеб ржаной | | 35 | 2 | 0,5 | 12 | 74 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **500** | **10** | **7** | **88** | **606** | |
| **Уплотненный полдник** | №321 2011 | Картофельное пюре | | 100 | 2 | 41 | 15 | 117 | |
| №282 2011 | Котлета рыбная | | 70 | 10 | 6 | 4 | 117 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №392 2011 | | Чай с низким содержанием сахара | 150 | 0 | 0 | 7 | 31 |  |
|  | | Батон | 25 | 1 | 0 | 12 | 59 |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | Итого за прием пищи | **345** | **15** | **47** | **40** | **325** |  |
|  |  | | **Итого за целый день** | **1288** | **45** | **75** | **168** | **1276** |  |

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

**Меню сад**

29.01.25

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **№ рецептуры** | **Наименование**  **блюда** | | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** | |
| **Завтрак** | №172 2011 | Каша пшеничная молочная со сливочным маслом | | 180 | 6 | 10 | 34 | 263 | |
| №392 2011 | Чай с низким содержанием сахара | | 180 | 0 | 0 | 9 | 37 | |
|  | Батон йодированный | | 30 | 2,4 | 0,5 | 14 | 71 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
| №6 2011 | Масло сливочное порциями | | 10 | 0 | 7 | 0 | 74 | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **405** | **9** | **18** | **59** | **445** | |
| **2 Завтрак** |  | Фрукт | | 100 | 0 | 0,2 | 9 | 44 | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **100** | **0** | **0,2** | **9** | **44** | |
| **Обед** | №76 2011 | Рассольник со сметаной | | 200 | 1 | 4 | 13 | 128 | |
| 2003 | Печень тушеная в сметане | | 70 | 13 | 4 | 5 | 147 | |
| №168 2011 | Каша гречневая рассыпчатая | | 130 | 6 | 5 | 32 | 216 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
| №401 2008 | Напиток из изюма | | 180 | 0 | 0 | 16 | 67 | |
|  | Хлеб ржаной | | 45 | 3 | 0,5 | 16 | 95 | |
|  |  | |  |  |  |  |  | |
|  |  | Итого за прием пищи | | **625** | **26** | **14** | **88** | **656** | |
| **Уплотненный полдник** | №321 2011 | Картофельное пюре | | 100 | 2 | 41 | 15 | 117 | |
| №282 2011 | Котлета рыбная | | 70 | 10 | 6 | 4 | 117 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №392 2011 | | Чай с низким содержанием сахара | 180 | 0 | 0 | 9 | 37 |  |
|  | | Батон | 30 | 2 | 0 | 14 | 71 |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | Итого за прием пищи | **380** | **18** | **54** | **52** | **447** |  |
|  |  | | **Итого за целый день** | **1510** | **54** | **87** | **206** | **1594** |  |