

Меню приготавливаемых блюд **Утверждаю:**



Возрастная категория: **Ясли** *24.03.25*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша манная жидкая	150	4,10	4,50	18,90	133	№311
	Бутерброд с маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
	Фрукт в ассортименте	95	0,20	0,00	8,20	33	№458
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	5,95	8,31	45,10	278,9	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,10	0,00	17,40	70	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	40	0,60	3,00	3,40	43	№59
	Рассольник домашний с мясом со сметаной	105/10/5	4,20	2,80	7,10	70	№131
	Филе птицы запеченное с яйцом	50	6,30	6,40	2,00	91	№495
	Каша гречневая вязкая	120	3,60	3,40	15,90	109	№510
	Компот из изюма	150	0,20	0,00	12,80	52	№638
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,30	13,20	58	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	52	
ИТОГО ЗА ОБЕД		525	16,20	16,30	65,70	474,4	
ПОЛДНИК	Булочка с джемом	50	2,20	4,10	25,00	146	№572
	Кисломолочный напиток в ассортименте	160	5,10	3,80	5,00	75	№698
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	7,30	7,90	30,00	220,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			30,00	33,00	158,00	1044	

Возрастная категория: **Детский сад**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергети ческая ценност	№ рецеп туры
День 1							
ЗАВТРАК	Каша манная жидкая	200	6,10	6,70	21,20	169	№311
	Бутерброд с маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	№685
	Фрукт в ассортименте	100	0,20	0,00	15,40	62	№458
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	8,00	10,50	56,60	352,8	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	200	0,10	0,00	22,20	89	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,10	0,00	22,20	89	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	60	0,80	4,00	4,30	56	№59
	Рассольник домашний с мясом со сметаной	180/10/5	4,70	3,80	8,70	88	№131
	Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,20	8,40	3,10	125	№495
	Каша гречневая вязкая	150	4,20	5,10	29,00	178	№510
	Компот из изюма	180	0,30	0,00	14,10	58	№638
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,30	13,20	58	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	51	
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	20,50	22,00	83,70	614,3	
ПОЛДНИК	Булочка с джемом	50	2,20	4,10	25,00	146	№572
	Кисломолочный напиток в ассортименте	200	6,80	6,40	9,20	22	№698
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	9,00	10,50	34,20	267	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,00	43,00	197,00	1324	