



Неделя 1  
День 2

# МЕНЮ

01 Октября 2024г.

Ясли (1-3 года)

| Наименование блюда                 | Выход<br>гр | Химический состав |            |                | Энергетическая ценность<br>ккал | N рецептуры                       |
|------------------------------------|-------------|-------------------|------------|----------------|---------------------------------|-----------------------------------|
|                                    |             | Белки<br>гр       | Жиры<br>гр | Углеводы<br>гр |                                 |                                   |
| 1                                  | 2           | 3                 | 4          | 5              | 6                               | 7                                 |
| Завтрак                            |             |                   |            |                |                                 |                                   |
| Каша манная молочная жидкая        | 170         | 4.15              | 6.47       | 19.4           | 152.59                          | TK№183                            |
| Какао на молоке сгущенном          | 150         | 2.25              | 2.33       | 14.55          | 85.5                            | тгк-273                           |
| Бутерброд с сыром                  | 30          | 3.75              | 2.25       | 10.88          | 79.5                            | TK-№3нр1<br>Уфа 2014              |
| Итого                              | 350         | 10.15             | 11.04      | 44.83          | 317.59                          |                                   |
| Второй завтрак                     |             |                   |            |                |                                 |                                   |
| Ряженка                            | 130         | 5.22              | 4.44       | 7.2            | 90                              | T-K№386                           |
| Итого                              | 130         | 5.22              | 4.44       | 7.2            | 90                              |                                   |
| Обед                               |             |                   |            |                |                                 |                                   |
| Салат из свежих помидоров с перцем | 30          | 0.42              | 4.04       | 1.49           | 44.06                           | TK-№17                            |
| Свекольник                         | 150         | 1.54              | 5.06       | 8.04           | 83.32                           | TK-№35                            |
| Морковь, тушенная с рисом          | 110         | 2.45              | 6.79       | 22.96          | 163.1                           | TK-№140                           |
| Котлеты из говядины                | 50          | 7.29              | 9          | 7.13           | 143.5                           | TK-№268                           |
| Компот из апельсинов               | 150         | 0.36              | 0.2        | 17.1           | 33.72                           | TK-№24                            |
| Хлеб ржаной                        | 40          | 2.24              | 0.44       | 19.76          | 95.96                           | T-K№ПР-                           |
| Итого                              | 530         | 14.31             | 25.53      | 76.47          | 563.66                          |                                   |
| Полдник                            |             |                   |            |                |                                 |                                   |
| Булочка "Веснушка"                 | 50          | 3.9               | 2.7        | 26.8           | 149                             | TK-№256                           |
| Молоко кипяченое                   | 150         | 4.2               | 4.8        | 7.05           | 88.2                            | TK-№260                           |
| Итого                              | 200         | 8.1               | 7.5        | 33.85          | 237.2                           |                                   |
| Ужин                               |             |                   |            |                |                                 |                                   |
| Запеканка рисовая с творогом       | 120         | 14.6              | 4.63       | 38.9           | 255.74                          | TK-№128                           |
| Фрукты или ягоды свежие (яблоки)   | 100         | 0.38              | 0.38       | 9.79           | 44.65                           | T-K№338                           |
| Чай с лимоном и сахаром            | 150         | 1                 | 0          | 20.2           | 84.8                            | TK-№268                           |
| Хлеб пшеничный йодированный        | 30          | 2.37              | 0.3        | 14.49          | 70.14                           | T-K № ПР-сб/М П<br>Магильно<br>го |
| Итого                              | 400         | 18.35             | 5.31       | 83.38          | 455.33                          |                                   |
| Всего                              |             | 43.22             | 49.75      | 220.97         | 1475.71                         |                                   |

Составил

Шеф-повар  
(подпись)

*Имельбаева В.Г.*  
(подпись)

Имельбаева В.Г.  
(расшифровка подписи)