



Утверждаю

заведующий

Вареева Алевтина

Николаевна

**МЕНЮ****Ясли 12 часов****21.04.2025 г.**

| Наименование блюда                   | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                      | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                              |           |          |                   |         |             |                                     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ                       | 150       | 7,05     | 8,80              | 24,26   | 205,43      |                                     |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 5         | 0,05     | 4,15              | 0,05    | 37,50       |                                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ                      | 150       | 3,14     | 3,06              | 14,63   | 99,70       |                                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 55        | 4,20     | 0,34              | 27,60   | 130,25      |                                     |
|                                      |           | 14,44    | 16,35             | 66,54   | 472,88      |                                     |
| II Завтрак                           |           |          |                   |         |             |                                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                         | 100       | 0,49     | 0,10              | 9,80    | 41,71       |                                     |
|                                      |           | 0,49     | 0,10              | 9,80    | 41,71       |                                     |
| Обед                                 |           |          |                   |         |             |                                     |
| СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ              | 150       | 11,95    | 9,66              | 19,87   | 214,87      |                                     |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ            | 80/30     | 9,26     | 11,10             | 4,13    | 154,31      |                                     |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ             | 30        | 0,90     | 0,06              | 1,89    | 11,64       |                                     |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                     | 150       | 0,69     | 0,04              | 17,72   | 74,57       |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 30        | 1,99     | 0,26              | 12,72   | 61,19       |                                     |
|                                      |           | 24,79    | 21,12             | 56,33   | 516,58      |                                     |
| Полдник                              |           |          |                   |         |             |                                     |
| ПЕЧЕНЬЕ                              | 50        | 3,75     | 4,90              | 37,20   | 208,50      |                                     |
| ЙОГУРТ                               | 150       | 0,33     | 0,29              | 0,52    | 6,58        |                                     |
|                                      |           | 4,08     | 5,19              | 37,72   | 215,08      |                                     |
| Ужин                                 |           |          |                   |         |             |                                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180       | 4,05     | 3,82              | 15,41   | 113,07      |                                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180/15    | 0,20     | 0,10              | 14,63   | 58,50       |                                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30        | 2,29     | 0,19              | 15,05   | 71,05       |                                     |
|                                      |           | 6,54     | 4,11              | 45,09   | 242,62      |                                     |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                       |           | 50,34    | 46,87             | 215,48  | 1 488,87    |                                     |