|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **16 сентября 2022 год** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ | | | | 110/5 | | 2,0 | 6,2 | | 3,2 | 78,6 | | |
| БАТОН | | | | 30 | | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | 4,1 | |  | 37,4 | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 10 | | 2,2 | 2,9 | |  | 35,3 | | |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3,9 | 4,3 | | 13,8 | 109,4 | | |
|  | | | | | | **10,4** | **18,4** | | **32,4** | **339,3** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | | | | 150 | | 2,3 | 0,8 | | 31,5 | 144,0 | | |
| БАНАН | | | | 214,3 | 150 | 2,3 | 0,8 | | 31,5 | 144,0 | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | | | | 95 | |  |  | |  |  | | |
|  | | | | | | **2,3** | **0,8** | | **31,5** | **144,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | | | | 200/19 | | 7,5 | 10,3 | | 10,8 | 165,8 | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ | | | | 150 | | 15,7 | 34,6 | | 29,5 | 492,9 | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | | | | 60 | | 1,1 | 2,1 | | 2,7 | 34,3 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 30 | | 2,0 | 0,3 | | 12,7 | 61,2 | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  |  | | 4,9 | 19,4 | | |
|  | | | | | | **26,3** | **47,3** | | **60,6** | **773,6** | | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | 60 | | 1,5 | 3,1 | | 10,3 | 75,9 | | |
| БАТОН | | | | 30 | | 3,1 | 1,2 | | 21,0 | 107,2 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | |  |  | | 7,8 | 30,9 | | |
|  | | | | | | **4,6** | **4,3** | | **39,1** | **214,0** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **43,6** | **70,8** | | **163,6** | **1 470,9** | | |

.