|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **12 января 2023** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ | 150/5 | 6,3 | 7,7 | 30,8 | 218,6 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 15 | 14,85 | 1 | 0,1 | 10,7 | 48,0 |
| ПШЕНО | 15 | 14,85 | 1,6 | 0,4 | 10,2 | 50,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 130 | 130 | 3,7 | 3,2 | 6 | 68,1 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
| БАТОН | 60 | 4,5 | 1,7 | 30,8 | 157,2 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60 | 60 | 4,5 | 1,7 | 30,8 | 157,2 |
| МАСЛО (порциями) | 5 |  | 4,1 |  | 37,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,9 | 3,2 | 16,8 | 111,7 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 2 | 2 | 0,2 | 0 | 1,1 | 4,9 |
| САХАР ПЕСОК | 10 | 10 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 130 | 130 | 3,7 | 3,2 | 6 | 68,1 |
|  | **14,7** | **16,7** | **78,4** | **524,9** |
| **II Завтрак** |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125,1 |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | 30 | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125,1 |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,0 | 43,2 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,0 |
|  | **2,8** | **3,0** | **32,3** | **168,3** |
| **Обед** |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 10,1 | 5,9 | 22,4 | 182,4 |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 45 | 0,9 | 0,2 | 7,1 | 33,7 |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | 30 | 29,85 | 6,7 | 0,5 | 14 | 86,6 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 18 | 12,96 | 2,3 | 2,3 | 0 | 29,9 |
| МАКАРОНЫ С МЯСОМ | 140 | 8,8 | 10,5 | 24,0 | 224,8 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 40 | 28,8 | 5 | 5,1 | 0 | 66,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | 35 | 35 | 3,8 | 0,5 | 24 | 114,8 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 70 | 1,5 | 3,0 | 8,8 | 68,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 8 | 8 | 0,9 | 0,1 | 5,4 | 25,9 |
| МОРКОВЬ | 30 | 24 | 0,3 | 0 | 1,6 | 8,1 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 20 | 16,8 | 0,2 | 0 | 1,4 | 6,7 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2 | 2 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | 2,5 | 0,3 | 16,1 | 77,5 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 38 | 38 | 2,5 | 0,3 | 16,1 | 77,5 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 5,8 | 23,2 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 18 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
|  | **22,9** | **19,7** | **77,1** | **576,7** |
| **Полдник** |
| БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 90 | 6,9 | 5,2 | 44,3 | 251,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 57,9 | 57,9 | 6,1 | 0,8 | 39,3 | 187,6 |
| САХАР ПЕСОК | 3,9 | 3,9 | 0 | 0 | 3,8 | 15,1 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3,9 | 3,9 | 0 | 3,8 | 0 | 34,0 |
| ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 25,7 | 25,7 | 0,7 | 0,6 | 1,2 | 13,5 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5,5 | 4,8 | 9,1 | 101,7 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 190 | 189 | 5,3 | 4,6 | 8,8 | 99,0 |
|  | **12,4** | **10,0** | **53,4** | **352,7** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **52,8** | **49,4** | **241,2** | **1 622,6** |