|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **20 октября 2022 г** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 | | |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ | | | | 80 | | 12,9 | 2,7 | |  | 91,7 | | |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ | | | | 80 | 74,4 | 12,9 | 2,7 | | 0 | 91,7 | | |
| БАТОН | | | | 60 | | 4,5 | 1,7 | | 30,8 | 157,2 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. 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 | | |
|  | | | | | | **27,6** | **19,4** | | **78,4** | **616,6** | | |
| **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 | | | | 150 | | 0,8 | 0,2 | | 14,9 | 64,5 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 150 | 150 | 0,8 | 0,2 | | 15,2 | 64,5 | | |
|  | | | | | | **3,1** | **3,1** | | **37,2** | **189,6** | | |
| **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 |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | | 0,9 | 2,9 | 5,1 | 50,8 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 60 | 48 | 0,9 | 0 | 2,2 | 13,0 |
| САХАР ПЕСОК | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| 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 |
|  | | | **23,8** | **22,6** | **82,2** | **627,5** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА | 90 | | 15,0 | 8,2 | 39,3 | 291,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 45 | 45 | 4,8 | 0,6 | 30,6 | 145,8 |
| ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ | 50 | 50 | 8,7 | 4,4 | 1,5 | 82,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 2 | 2 | 0 | 1,9 | 0 | 17,5 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,03 | 0,5 | 0,5 | 0 | 6,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 30 | 30 | 0,9 | 0,8 | 1,4 | 15,7 |
| ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| САХАР ПЕСОК | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
| 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 |
|  | | | **20,5** | **13,0** | **48,4** | **392,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **75,0** | **58,1** | **246,2** | **1 826,5** |