|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **21 ДЕКАБРЯ 2022** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША МАННАЯ | 150 | 6,2 | 7,5 | 26,1 | 195,8 |
| КРУПА МАННАЯ | 25 | 25 | 2,5 | 0,3 | 17,2 | 79,8 |
| 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 | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| 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 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 37,5 |
| 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** | **16,6** | **73,8** | **502,2** |
| **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** |
| СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ ИСМЕТАНОЙ | 200/18 | 5,6 | 6,4 | 15,1 | 139,5 |
| СВЕКЛА | 110 | 88 | 1,3 | 0,1 | 7,5 | 35,9 |
| КАРТОФЕЛЬ | 50 | 37,5 | 0,8 | 0,2 | 5,9 | 28,0 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 2 | 2 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 25 | 18 | 3,2 | 3,2 | 0 | 41,5 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 130 | 5,7 | 11,2 | 15,1 | 184,1 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 90 | 72 | 1,3 | 0,1 | 3,3 | 19,6 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 25 | 18 | 3,2 | 3,2 | 0 | 41,5 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 15 | 14,85 | 1 | 0,1 | 10,7 | 48,0 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 6 | 6 | 0 | 4,9 | 0 | 43,6 |
| 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 |
|  | **13,8** | **17,9** | **52,1** | **424,3** |
| **Полдник** |
| ПИРОГ С ПЕЧЕНЬЮ (аллергики) | 70 | 4,1 | 2,3 | 28,1 | 149,0 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 38,2 | 38,2 | 4 | 0,5 | 25,9 | 123,8 |
| САХАР ПЕСОК | 2,3 | 2,3 | 0 | 0 | 2,2 | 8,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1,9 | 1,9 | 0 | 1,6 | 0 | 13,8 |
| ДРОЖЖИ | 1,1 | 1,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 16,1 | 16,1 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 0,2 | 0,2 | 0 | 0,2 | 0 | 1,7 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 |  |  | 5,6 | 22,4 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 101,3 | 101,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5,8 | 5,8 | 0 | 0 | 5,6 | 22,4 |
|  | **4,1** | **2,3** | **33,7** | **171,4** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **35,4** | **39,8** | **191,9** | **1 266,2** |