|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **25 января 2023** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | | | | 150/5 | | 6,7 | 8,8 | | 23,9 | 201,4 | | |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | | | | 25 | 25 | 3 | 1,6 | | 15 | 85,4 | | |
| 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 | | | | 30 | | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | | 15,4 | 78,6 | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | 4,1 | |  | 37,4 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4,1 | | 0 | 37,4 | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 10 | | 2,2 | 2,9 | |  | 35,3 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 10,3 | 10 | 2,2 | 2,9 | | 0 | 35,3 | | |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3,9 | 4,3 | | 14,7 | 113,3 | | |
| КАКАО-ПОРОШОК | | | | 1 | 1 | 0,2 | 0,2 | | 0,1 | 2,8 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 9 | 9 | 0 | 0 | | 8,7 | 34,8 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 130 | 130 | 3,7 | 4,1 | | 5,9 | 75,7 | | |
|  | | | | | | **15,1** | **21,0** | | **54,0** | **466,0** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | | | | 112 | | 1,2 | 0,4 | | 16,5 | 75,3 | | |
| БАНАН | | | | 112 | 78,4 | 1,2 | 0,4 | | 16,5 | 75,3 | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | | | | 95 | |  |  | |  |  | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) | | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **1,2** | **0,4** | | **16,5** | **75,3** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ | | | | 200 | | 4,9 | 5,4 | | 14,3 | 125,2 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 150 | 150 | 4,3 | 3,7 | | 7 | 78,6 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 60 | 60 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | | 8,1 | 8 | 0,6 | 0,1 | | 5,7 | 25,8 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 1,6 | 1,6 | 0 | 0 | | 1,6 | 6,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,6 | | 0 | 14,6 | | |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | | | | 140 | | 6,4 | 23,5 | | 14,3 | 295,1 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 70 | 52,5 | 1,1 | 0,2 | | 8,3 | 39,2 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 15 | 12 | 0,2 | 0 | | 0,8 | 4,1 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 15 | 12,6 | 0,2 | 0 | | 1 | 5,0 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 110 | 88 | 1,6 | 0,1 | | 4 | 23,9 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 25 | 25 | 0,1 | 20 | | 0,2 | 181,4 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 25 | 18 | 3,2 | 3,2 | | 0 | 41,5 | | |
| 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 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | |  |  | 6,8 | 27,1 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
|  | | | **13,8** | **29,2** | **51,5** | **524,9** |
| **Полдник** | | | | | | |
| ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 1 | | 0,2 | 0,1 |  | 1,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| БАТОН | 30 | | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| КИСЕЛЬ | 180 | |  |  | 17,3 | 69,6 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 20 | 20 | 0 | 0 | 15,4 | 61,8 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
|  | | | **2,5** | **1,0** | **32,7** | **150,1** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **32,6** | **51,6** | **154,7** | **1 216,3** |