|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* | | |  |  | |  |  | |  | | **Утверждаю** | | | | | |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | | заведующий | | | | | |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | | Хохлова Е.А. | | | | | |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | |  |  | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | |  | | | | | |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | |  |  | |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | |  |  | |  |  |  |
|  |  | **сад 10 часов** | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | |  |  | |  |  |  |
| **29 СЕНТЯБРЯ 2022** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | |  |  | |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | | **Химический состав** | | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | | **Нетто, г** | **Белки, г** | | **Жиры, г** | | | **Углеводы, г** | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ | | | | 150/4 | | | 4,5 | | 6,8 | | | 22,3 | | 169,2 | | |
| БАТОН | | | | 60 | | | 3,4 | | 1,3 | | | 23,1 | | 117,9 | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | | 0,1 | | 4,2 | | | 0,1 | | 37,5 | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 6 | | | 1,4 | | 1,7 | | |  | | 21,1 | | |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | | 3,3 | | 3,5 | | | 10,0 | | 85,6 | | |
| ЯЙЦО | | | | | | | **12,7** | | **17,5** | | | **55,5** | | **431,3** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | | | | 150 | | | 2,2 | | 0,7 | | | 30,2 | | 138,2 | | |
| БАНАН | | | | 205,7 | | 144 | 2,2 | | 0,7 | | | 30,2 | | 138,2 | | |
|  | | | | | | | **2,2** | | **0,7** | | | **30,2** | | **138,2** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 200 | | | 11,6 | | 24,9 | | | 15,8 | | 334,7 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | | | | 140 | | | 3,2 | | 2,8 | | | 20,6 | | 120,1 | | |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | | | | 70 | | | 13,9 | | 6,3 | | | 4,1 | | 145,1 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 30 | | | 2,0 | | 0,3 | | | 12,7 | 61,2 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 200 | | |  | |  | | | 4,9 | 19,4 | | |
|  | | | | | | | | **31,6** | | **37,4** | | | **63,2** | **731,9** | | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СЫРНИКИ | | | | | 80 | | | 4,3 | | 2,4 | | | 30,1 | 159,3 | | |
| КИСЕЛЬ | | | | | 200 | | |  | |  | | | 19,3 | 77,3 | | |
|  | | | | | | | | **4,3** | | **2,4** | | | **49,4** | **236,6** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | | **50,8** | | **58,0** | | | **198,3** | **1 538,0** | | |