|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 10 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1ноября 2023** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | | | | 130/4 | | 5,3 | 6,4 | | 21,5 | 165,8 | | |
| ПШЕНО | | | | 20 | 19,8 | 2,2 | 0,5 | | 13,5 | 67,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 4 | 4 | 0 | 3,2 | | 0 | 29,0 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 110 | 110 | 3,1 | 2,7 | | 5,1 | 57,6 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 3 | 3 | 0 | 0 | | 2,9 | 11,6 | | |
| БАТОН | | | | 45 | | 3,4 | 1,3 | | 23,1 | 117,9 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 45 | 45 | 3,4 | 1,3 | | 23,1 | 117,9 | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | 4,1 | |  | 37,4 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4,1 | | 0 | 37,4 | | |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 3,3 | 3,5 | | 10,9 | 89,4 | | |
| КАКАО-ПОРОШОК | | | | 0,8 | 0,8 | 0,2 | 0,1 | | 0,1 | 2,2 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 6 | 6 | 0 | 0 | | 5,8 | 23,2 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 110 | 110 | 3,1 | 3,4 | | 5 | 64,0 | | |
|  | | | | | | **12,0** | **15,3** | | **55,5** | **410,5** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | | | | 100 | | 1,5 | 0,5 | | 21,0 | 96,0 | | |
| БАНАН | | | | 142,9 | 100 | 1,5 | 0,5 | | 21 | 96,0 | | |
|  | | | | | | **1,5** | **0,5** | | **21,0** | **96,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | | | | 180 | | 3,4 | 3,7 | | 8,5 | 82,5 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 70 | 56 | 1 | 0,1 | | 2,5 | 15,2 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 50 | 30 | 0,6 | 0,1 | | 4,8 | 22,4 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,5 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | | | | 13 | 9,36 | 1,6 | 1,6 | | 0 | 21,6 | | |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 100 | | 2,7 | 3,4 | | 13,4 | 95,4 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 120 | 72 | 1,4 | 0,3 | | 11,3 | 53,7 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 45 | 45 | 1,3 | 1,1 | | 2,1 | 23,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | | 0 | 18,1 | | |
| ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ (ПАРОВАЯ) | | | | 60 | | 10,2 | 4,5 | | 2,9 | 92,1 | | |
| РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ | | | | 100 | 50 | 7,8 | 0,5 | | 0 | 34,9 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 45 | 45 | 1,3 | 1,1 | | 2,1 | 23,6 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 0,2 шт. | 8,05 | 1 | 0,9 | | 0,1 | 12,2 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 2,5 | 2,5 | 0 | 2 | | 0 | 18,1 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 30 | | 2,0 | 0,3 | | 12,7 | 61,2 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 30 | 30 | 2 | 0,3 | | 12,7 | 61,2 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | |  |  | 5,8 | 23,2 |
| 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 | 6 | 6 | 0 | 0 | 5,8 | 23,2 |
|  | | | **18,3** | **11,9** | **43,3** | **354,4** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 70 | | 6,5 | 5,0 | 36,3 | 215,6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 45 | 45 | 4,8 | 0,6 | 30,6 | 145,8 |
| САХАР ПЕСОК | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ДРОЖЖИ | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 60 | 60 | 1,6 | 1,5 | 2,8 | 31,4 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | | 4,6 | 4,0 | 7,6 | 84,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 158,3 | 157,5 | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 82,5 |
|  | | | **11,1** | **9,0** | **43,9** | **300,4** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **42,9** | **36,7** | **163,7** | **1 161,3** |