|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  | заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Ясли 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **21 сентября 2022** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 130/4 | 4,8 | 7,5 | 14,0 | 144,2 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,3 | 3,5 | 10,9 | 89,4 |
| БАТОН | 23 | 1,7 | 0,7 | 11,8 | 60,3 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37,4 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 6 | 1,4 | 1,7 |  | 21,1 |
|  | **11,2** | **17,5** | **36,7** | **352,4** |
| **II Завтрак** |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 144 | 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 СВЕЖЕЙРЫБОЙ | 180 | 10,6 | 3,6 | 11,0 | 120,3 |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ | 130 | 8,0 | 14,2 | 21,9 | 249,5 |
| САЛАТ ИЗ капусты с морковью | 40 | 0,8 | 3,9 | 3,0 | 50,5 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| ЧАЙ | 180 |  |  | 4,9 | 19,4 |
|  | **21,4** | **22,0** | **53,5** | **500,9** |
| **Полдник** |
| ЯЙЦО | 1 | 2,5 | 3,2 | 15,0 | 98,2 |
| БАТОН | 22 | 1,7 | 0,6 | 11,3 | 57,6 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 |  |  | 5,8 | 23,2 |
|  | **6,8** | **5,2** | **17,4** | **143,8** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **41,6** | **45,4** | **137,8** | **1 135,3** |