|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 СВЕЖЕЙ РЫБОЙ | | | | | 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** | | | |