|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **23 СЕНТЯБРЯ 2022 год** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ | 100/4 | 1,7 | 5,1 | 2,7 | 65,5 |
| 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 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,3 | 3,5 | 12,9 | 97,1 |
|  | **8,1** | **15,1** | **27,4** | **281,4** |
| **II Завтрак** |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 144 | 2,2 | 0,7 | 30,2 | 138,2 |
| БАНАН | 205,71 | 144 | 2,2 | 0,7 | 30,2 | 138,2 |
|  | **2,2** | **0,7** | **30,2** | **138,2** |
| **Обед** |
| БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 180/16 | 5,5 | 7,7 | 7,4 | 122,8 |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ | 130 | 13,6 | 30,1 | 26,0 | 430,0 |
| 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 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 4,9 | 19,4 |
|  | **21,8** | **40,1** | **52,8** | **662,3** |
| **Полдник** |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 40 | 1,0 | 2,1 | 7,0 | 51,3 |
| БАТОН | 22 | 1,7 | 0,6 | 11,3 | 57,6 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 |  |  | 5,8 | 23,2 |
|  | **2,7** | **2,7** | **24,1** | **132,1** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **34,8** | **58,6** | **134,5** | **1 214,0** |

.