|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **25 января 2023** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 | 5,5 | 7,1 | 19,0 | 162,7 |
| ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС" | 20 | 20 | 2,4 | 1,2 | 12 | 68,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 110 | 110 | 3,1 | 2,7 | 5,1 | 57,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 4 | 4 | 0 | 3,2 | 0 | 29,0 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
| БАТОН | 23 | 1,7 | 0,7 | 11,8 | 60,3 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 23 | 23 | 1,7 | 0,7 | 11,8 | 60,3 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37,4 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 6 | 1,4 | 1,7 |  | 21,1 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 6,2 | 6 | 1,4 | 1,7 | 0 | 21,1 |
| 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 |
|  | **11,9** | **17,1** | **41,7** | **370,9** |
| **II Завтрак** |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 108 | 1,6 | 0,5 | 22,7 | 103,7 |
| БАНАН | 154,3 | 108 | 1,6 | 0,5 | 22,7 | 103,7 |
|  | **1,6** | **0,5** | **22,7** | **103,7** |
| **Обед** |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 120 | 5,0 | 6,8 | 12,1 | 131,0 |
| КАРТОФЕЛЬ | 60 | 45 | 0,9 | 0,2 | 7,1 | 33,7 |
| МОРКОВЬ | 10 | 8 | 0,1 | 0 | 0,6 | 2,7 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | 0,7 | 3,3 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 100 | 80 | 1,4 | 0,1 | 3,7 | 21,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 5 | 5 | 0 | 4 | 0 | 36,3 |
| КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 20 | 14,4 | 2,5 | 2,5 | 0 | 33,3 |
| 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 |
| СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ | 180 | 4,3 | 4,9 | 12,8 | 112,5 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 135 | 135 | 3,8 | 3,3 | 6,3 | 70,7 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 54 | 54 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 7,3 | 7,2 | 0,5 | 0,1 | 5,1 | 23,3 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| САХАР ПЕСОК | 1,4 | 1,4 | 0 | 0 | 1,4 | 5,4 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | 1,8 | 1,8 | 0 | 1,5 | 0 | 13,1 |
|  | **11,3** | **12,0** | **43,4** | **327,9** |
| **Полдник** |
| ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 1 | 0,2 | 0,1 |  | 1,9 |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,03 шт. | 1 | 0,1 | 0,1 | 0 | 1,6 |
| БАТОН | 22 | 1,7 | 0,6 | 11,3 | 57,6 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 22 | 22 | 1,7 | 0,6 | 11,3 | 57,6 |
| КИСЕЛЬ | 180 |  |  | 17,3 | 69,6 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | 20 | 20 | 0 | 0 | 15,4 | 61,8 |
| САХАР ПЕСОК | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,9 | 7,8 |
|  | **1,9** | **0,7** | **28,6** | **129,1** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | **26,7** | **30,3** | **136,4** | **931,6** |