|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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.СОРТ ОБОГ. 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.СОРТ ОБОГ. 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** |