|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **16 октября 2023** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ | | | | 150/5 | | 6,3 | 7,7 | | 30,8 | 218,6 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | | 15 | 14,85 | 1 | 0,1 | | 10,7 | 48,0 | | |
| ПШЕНО | | | | 15 | 14,85 | 1,6 | 0,4 | | 10,2 | 50,7 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 130 | 130 | 3,7 | 3,2 | | 6 | 68,1 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 4 | 4 | 0 | 0 | | 3,9 | 15,5 | | |
| БАТОН | | | | 60 | | 4,5 | 1,7 | | 30,8 | 157,2 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 60 | 60 | 4,5 | 1,7 | | 30,8 | 157,2 | | |
| МАСЛО (порциями) | | | | 6 | |  | 5,0 | |  | 44,9 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6 | 6 | 0 | 5 | | 0 | 44,9 | | |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3,9 | 4,3 | | 14,7 | 113,3 | | |
| КАКАО-ПОРОШОК | | | | 1 | 1 | 0,2 | 0,2 | | 0,1 | 2,8 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 9 | 9 | 0 | 0 | | 8,7 | 34,8 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 130 | 130 | 3,7 | 4,1 | | 5,9 | 75,7 | | |
|  | | | | | | **14,7** | **18,7** | | **76,3** | **534,0** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | | | | 100 | | 1,1 | 0,4 | | 14,7 | 67,2 | | |
| БАНАН | | | | 100 | 70 | 1,1 | 0,4 | | 14,7 | 67,2 | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | | | | 95 | |  |  | |  |  | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) | | | | 10 | 10 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
|  | | | | | | **1,1** | **0,4** | | **14,7** | **67,2** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 200 | | 9,9 | 21,5 | | 12,3 | 281,7 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 90 | 67,5 | 1,4 | 0,3 | | 10,7 | 50,4 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 8 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 2,7 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 15 | 12,6 | 0,2 | 0 | | 1 | 5,0 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | | | | 65 | 55,25 | 7,7 | 17,8 | | 0 | 191,3 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 0,1 шт. | 4,03 | 0,5 | 0,5 | | 0 | 6,1 | | |
| ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ | | | | 120 | | 12,7 | 5,9 | | 17,3 | 172,5 | | |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | | | | 35 | 34,83 | 7,8 | 0,6 | | 16,3 | 101,0 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 5 | 3,75 | 0 | 0 | | 0,3 | 1,3 | | |
| ИНДЕЙКА (ГРУДКИ) | | | | 25 | 25 | 4,8 | 5,3 | | 0 | 66,9 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 38 | | 2,5 | 0,3 | | 16,1 | 77,5 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 38 | 38 | 2,5 | 0,3 | | 16,1 | 77,5 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | |  |  | | 6,8 | 27,1 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
|  | | | **25,1** | **27,7** | **52,5** | **558,8** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 80 | | 6,2 | 4,4 | 40,3 | 224,1 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 50 | 50 | 5,2 | 0,7 | 34 | 162,0 |
| САХАР ПЕСОК | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ДРОЖЖИ | 1 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 30 | 30 | 0,9 | 0,8 | 1,4 | 15,7 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | | 5,0 | 4,4 | 8,3 | 94,3 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 180 | 180 | 5 | 4,4 | 8,3 | 94,3 |
|  | | | **11,2** | **8,8** | **48,6** | **318,4** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **52,1** | **55,6** | **192,1** | **1 478,4** |