|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 10 часов** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **30 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.СОРТОБОГ. 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 МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 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** |