|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 10 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **12 марта 2024** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 100 | | 6,5 | 9,2 | | 3,1 | 121,7 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 1 шт. | 40,25 | 4,9 | 4,5 | | 0,3 | 61,3 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 60 | 60 | 1,6 | 1,5 | | 2,8 | 31,4 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 4 | 4 | 0 | 3,2 | | 0 | 29,0 | | |
| БАТОН | | | | 25 | | 1,9 | 0,7 | | 12,9 | 65,5 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 25 | 25 | 1,9 | 0,7 | | 12,9 | 65,5 | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 6 | | 1,4 | 1,8 | |  | 21,8 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 6,4 | 6 | 1,4 | 1,8 | | 0 | 21,8 | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | 0,1 | 4,2 | | 0,1 | 37,5 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4,1 | | 0 | 37,4 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 3,3 | 2,7 | | 14,9 | 97,3 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 2 | 2 | 0,2 | 0 | | 1,1 | 4,9 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 9 | 9 | 0 | 0 | | 8,7 | 34,8 | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | | | | 110 | 110 | 3,1 | 2,7 | | 5,1 | 57,6 | | |
|  | | | | | | **13,2** | **18,6** | | **31,0** | **343,8** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | | | | 18 | | 1,4 | 1,8 | | 13,4 | 75,1 | | |
| ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 18 | 18 | 1,4 | 1,8 | | 13,4 | 75,1 | | |
| ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | | 0 | 0,0 | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | 0,5 | 0,1 | | 10,0 | 43,2 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 100 | 100 | 0,5 | 0,1 | | 10,1 | 43,0 | | |
|  | | | | | | **1,9** | **1,9** | | **23,4** | **118,3** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | | 180 | | 3,7 | 5,8 | | 8,1 | 99,6 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | 10 | 10 | 1,1 | 0,1 | | 6,9 | 32,8 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,5 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| ИНДЕЙКА (ГРУДКИ) | | | | 13 | 13 | 2,4 | 2,8 | | 0 | 34,8 | | |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ | | | | 100 | | 6,9 | 9,4 | | 10,3 | 157,6 | | |
| ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ | | | | 25 | 23,25 | 4,1 | 0,9 | | 0 | 28,6 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4 | | 0 | 36,3 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 100 | 60 | 1,2 | 0,2 | | 9,5 | 44,8 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 | 0 | 2,9 | | 0 | 26,2 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 0,3 шт. | 12,08 | 1,5 | 1,4 | | 0,1 | 18,4 | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | | | | 40 | | 0,7 | 1,0 | | 1,2 | 18,2 | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | | | | 40 | 40 | 0,7 | 0 | | 1,2 | 9,2 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 9,0 |
| 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 | |  |  | 3,9 | 15,5 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 14 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 4 | 4 | 0 | 0 | 3,9 | 15,5 |
|  | | | **13,3** | **16,5** | **36,2** | **352,1** |
| **Полдник** | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 40 | | 0,5 | 1,0 | 3,7 | 26,2 |
| МОРКОВЬ | 50 | 40 | 0,5 | 0 | 2,7 | 13,6 |
| САХАР ПЕСОК | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3,9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 8,7 |
| БАТОН | 20 | | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | |  |  | 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 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 121,5 | 121,5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 |
| САХАР ПЕСОК | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,8 | 27,1 |
|  | | | **2,0** | **1,6** | **20,8** | **105,7** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **30,4** | **38,6** | **111,4** | **919,9** |