|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ Талицкий детский сад* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Хохлова Е.А. | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Ясли 10 часов** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **15 января 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 | | | | 130/4 | | 4,9 | 6,3 | | 22,9 | 167,9 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | | 10 | 9,9 | 0,7 | 0,1 | | 7,1 | 32,0 | | |
| ПШЕНО | | | | 10 | 9,9 | 1,1 | 0,3 | | 6,8 | 33,8 | | |
| 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 | | | | 4 | 4 | 0 | 0 | | 3,9 | 15,5 | | |
| БАТОН | | | | 45 | | 3,4 | 1,3 | | 23,1 | 117,9 | | |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 45 | 45 | 3,4 | 1,3 | | 23,1 | 117,9 | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | 4,1 | |  | 37,4 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 | 0 | 4,1 | | 0 | 37,4 | | |
| 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 | | |
|  | | | | | | **11,6** | **15,2** | | **56,9** | **412,6** | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | | | | 100 | | 1,5 | 0,5 | | 21,0 | 96,0 | | |
| БАНАН | | | | 142,9 | 100 | 1,5 | 0,5 | | 21 | 96,0 | | |
|  | | | | | | **1,5** | **0,5** | | **21,0** | **96,0** | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 180 | | 12,3 | 14,3 | | 10,8 | 221,6 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 80 | 60 | 1,2 | 0,2 | | 9,5 | 44,8 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 8 | 0,1 | 0 | | 0,6 | 2,7 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 | 0 | 1,9 | | 0 | 17,5 | | |
| ИНДЕЙКА (ГРУДКИ) | | | | 55 | 55 | 10,4 | 11,7 | | 0 | 147,2 | | |
| ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | | | | 0,1 шт. | 4,03 | 0,5 | 0,5 | | 0 | 6,1 | | |
| ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ | | | | 110 | | 10,7 | 4,8 | | 15,2 | 145,9 | | |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ | | | | 30 | 29,85 | 6,7 | 0,5 | | 14 | 86,6 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 10 | 8,4 | 0,1 | 0 | | 0,7 | 3,3 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 10 | 7,5 | 0,1 | 0 | | 0,5 | 2,5 | | |
| ИНДЕЙКА (ГРУДКИ) | | | | 20 | 20 | 3,8 | 4,3 | | 0 | 53,5 | | |
| 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 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | **25,0** | **19,4** | **44,5** | **451,9** |
| **Полдник** | | | | | | |
| БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 70 | | 5,5 | 4,0 | 34,5 | 194,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 45 | 45 | 4,8 | 0,6 | 30,6 | 145,8 |
| САХАР ПЕСОК | 3 | 3 | 0 | 0 | 2,9 | 11,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 3 | 3 | 0 | 2,9 | 0 | 26,2 |
| ДРОЖЖИ | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0 | 0,6 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 20 | 20 | 0,6 | 0,5 | 1 | 10,5 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | | 4,6 | 4,0 | 7,6 | 84,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ | 158,3 | 157,5 | 4,5 | 3,8 | 7,4 | 82,5 |
|  | | | **10,1** | **8,0** | **42,1** | **279,5** |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **48,2** | **43,1** | **164,5** | **1 240,0** |