|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1 февраля 2023 г.** | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад** | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-** **ник** **рецеп-** **тур** | | **№** **техн.** **карты** | **Наименование блюда** | | | | **Выход** | **Химический состав** | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | |
| **Белки, г** | | **Жиры, г** | | **Угле-** **воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 184 | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ | | | | 200 | 6,2 | | 6,8 | | 26 | 189 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | 4,6 | | 4,7 | | 18,2 | 133 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | 2,6 | | 1,1 | | 17,2 | 89 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | **13,5** | | **16,8** | | **61,5** | **449** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ЯБЛОКО | | | | 200 |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | | к/к | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИИ | | | | 24 | 0,4 | |  | | 0,8 | 5 | |
| 2011 | | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МКБ | | | | 200 | 2,8 | | 5,6 | | 14,1 | 119 | |
| 2011 | | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | | | | 131 | 1,9 | | 3,5 | | 9,5 | 78 | |
| 2010 | | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | | | | 50 | 0,8 | | 5 | | 4,8 | 67 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 |  | |  | | 7,8 | 31 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | 3,1 | | 1,2 | | 21,3 | 109 | |
| **Итого** | | | | | | | | **9** | | **15,3** | | **58,3** | **409** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | | | | 80 | 13,8 | | 6,9 | | 8,8 | 151 | |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | 3,4 | | 6 | | 17,7 | 138 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | 2 | | 0,8 | | 13,3 | 69 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | **19,3** | | **13,7** | | **42,9** | **371** | |
| **Всего** | | | | | | | | **41,8** | | **45,8** | | **162,7** | **1229** | |

.