|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **2 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ | 130 | 8 | 9,8 | 2,7 | 131 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,6 | 4,7 | 18 | 133 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,7 | 0,7 | 11,5 | 60 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **14,4** | **19,4** | **32,3** | **362** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 110 | 0,6 | 0,1 | 11,2 | 48 |
| **Итого** | **0,6** | **0,1** | **11,2** | **48** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | 15 | 0,1 |  | 0,3 | 2 |
| 2008 | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | 200 | 3,6 | 6,6 | 14,1 | 130 |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 8,7 | 9,1 | 10 | 155 |
| 2011 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНОЕ | 130 | 3,3 | 5,9 | 15,6 | 129 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 0,1 |  | 19,8 | 82 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,8 | 1,1 | 19,1 | 97 |
| **Итого** | **18,6** | **22,7** | **78,9** | **595** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,6 | 7,3 | 22,7 | 179 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,8 | 0,7 | 11,8 | 61 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 28 | 0,8 | 0,9 | 21,6 | 99 |
| **Итого** | **8,3** | **8,9** | **59,2** | **352** |
| **Всего** | **41,9** | **51,1** | **181,6** | **1357** |

.