|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 декабря 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 6,7 | | 8,3 | | 21,8 | 189 | |
| 2011 | | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 5 | | 5,1 | | 16,9 | 134 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 1,8 | | 0,8 | | 12,1 | 63 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **13,6** | | **18,4** | | **50,9** | **424** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | ЯБЛОКО | | | | | 180 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 87 | СУП РЫБНЫЙ | | | | | 200 | | 7,1 | | 6,2 | | 11,9 | 96 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ | | | | | 80 | | 3 | | 6,5 | | 10,1 | 110 | |
| 2010 | | 82 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ | | | | | 130 | | 3 | | 5,5 | | 10,5 | 105 | |
| 2008 | | 411 | НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | | | | | 180 | |  | |  | | 19,4 | 77 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3 | | 1,2 | | 20,9 | 106 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **16,1** | | **19,4** | | **72,8** | **494** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | | | | | 120 | | 8,5 | | 8,3 | | 48,2 | 303 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3 | 12 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **8,6** | | **8,3** | | **51,2** | **315** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **38,3** | | **46,1** | | **174,9** | **1233** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.