|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.