|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **26 июня 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ | 200 | 5,6 | 6,5 | 25 | 183 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,6 | 4,7 | 18,2 | 134 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 1,4 | 1,7 | 13 | 73 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 12 |  |  |  |  |
| **Итого** | **11,7** | **17,1** | **56,3** | **428** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,3 | 44 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,3** | **44** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | 23 | 0,2 |  | 0,4 | 3 |
| 2011 | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2,5 | 7,4 | 15 | 143 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 130 | 5,1 | 9,1 | 11,7 | 150 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 14,8 | 69 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,8 | 1,1 | 19,3 | 98 |
| **Итого** | **11** | **17,8** | **61,2** | **463** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 226 | РЫБА В ОМЛЕТЕ | 130 | 7,3 | 9,3 | 2,6 | 123 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,1 | 0,9 | 14,1 | 73 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 160 |  |  |  |  |
| **Итого** | **9,4** | **10,2** | **16,7** | **196** |
| **Всего** | **32,6** | **45,2** | **144,5** | **1131** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.