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

.