|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 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 | 184 | КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,5 | 7,6 | 23,5 | 189 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,6 | 4,7 | 18,2 | 134 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ДЖЕМОМ | 40 | 2,2 | 0,9 | 27,8 | 126 |
| **Итого** | **13,3** | **13,2** | **69,5** | **449** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,3 | 44 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,3** | **44** |
| **Обед** |
| 2008 | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | 200 | 2,9 | 7,3 | 17,4 | 147 |
| 2011 | 294 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ | 80 | 2,8 | 6,1 | 13,3 | 118 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 110 | 3 | 7,2 | 13,8 | 133 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,8 | 1,1 | 19,3 | 98 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | 0,2 |  | 30,9 | 122 |
| **Итого** | **11,7** | **21,7** | **94,7** | **618** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СОСЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130 | 3,8 | 4,6 | 23,2 | 149 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 1,2 | 1,6 | 11,9 | 67 |
| **Итого** | **5,1** | **6,2** | **38,2** | **229** |
| **Всего** | **30,6** | **41,2** | **212,7** | **1340** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.