|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 СО СЛИВОЧНЫМ 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. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.