|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **3 февраля 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 | 6,1 | | 7,7 | | 20,8 | 177 | |
| 2011 | | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 180 | 5 | | 5,2 | | 16,9 | 135 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | 3,4 | | 1,4 | | 22,1 | 114 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| 2011 | | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 13 |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | **14,6** | | **18,5** | | **59,9** | **464** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 100 | 0,5 | | 0,1 | | 10,1 | 43 | |
| **Итого** | | | | | | | | **0,5** | | **0,1** | | **10,1** | **43** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 87 | СУП РЫБНЫЙ | | | | 200 | 4,9 | | 6,5 | | 14,2 | 115 | |
| 2008 | | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | | | | 80 | 9,8 | | 9,8 | | 4,6 | 156 | |
| 2010 | | 82 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ | | | | 130 | 2,8 | | 5,4 | | 9,5 | 101 | |
| 2011 | | 355 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | | | | 180 |  | |  | | 16,4 | 66 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | 4,1 | | 1,6 | | 28 | 143 | |
| **Итого** | | | | | | | | **21,6** | | **23,3** | | **72,7** | **581** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 453 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | | | | 110 | 6,2 | | 9 | | 39,8 | 263 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 5,1 | 21 | |
| **Итого** | | | | | | | | **6,3** | | **9** | | **44,9** | **284** | |
| **Всего** | | | | | | | | **43** | | **50,9** | | **187,6** | **1372** | |

.