|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** |

.