|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9 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 ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,9 | 7 | 22,5 | 177 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,6 | 4,7 | 18 | 133 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,3 | 79 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **12,9** | **16,8** | **55,9** | **427** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 116 | 0,6 | 0,1 | 11,8 | 50 |
| **Итого** | **0,6** | **0,1** | **11,8** | **50** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 3 | 6,3 | 8 | 102 |
| 2011 | 294 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ | 80 | 8,4 | 10,7 | 9,1 | 166 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 130 | 3,7 | 5,7 | 17,7 | 138 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 9,7 | 39 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,1 | 1,2 | 21,3 | 109 |
| **Итого** | **18,2** | **23,9** | **65,8** | **554** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СОСЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130 | 3,8 | 4,6 | 23,2 | 149 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 19 |  |  |  |  |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ | 180 | 5 | 5,6 | 8,2 | 105 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 28 | 0,8 | 0,9 | 21,6 | 99 |
| **Итого** | **9,6** | **11,1** | **53** | **353** |
| **Всего** | **41,3** | **51,9** | **186,5** | **1384** |

.