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

.