|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **10 января 2024 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** |
| 2011 | 173 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,7 | 9,4 | 20,9 | 195 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,1 | 0,9 | 13,9 | 72 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **9** | **14,5** | **37,9** | **317** |
| **Обед** |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2,9 | 5,9 | 13,7 | 125 |
| 2011 | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | 130 | 1,8 | 3,5 | 9,5 | 77 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2008 | 340 | ПЮРЕ МОРКОВНОЕ | 110 | 1,8 | 3,1 | 8,8 | 72 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 0,1 |  | 19,8 | 82 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,9 | 1,2 | 20 | 102 |
| **Итого** | **10,3** | **18,7** | **76,6** | **525** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ | 130 | 3 | 4,1 | 14,9 | 107 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,9 | 14,3 | 74 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| **Итого** | **5,3** | **5** | **32,2** | **193** |
| **Всего** | **24,6** | **38,2** | **146,7** | **1035** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.