|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **10 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 КУКУРУЗНАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,6 | 6,9 | 25,8 | 109 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,6 | 4,7 | 17,9 | 132 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,9 | 14,6 | 75 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 18 |  |  |  |  |
| **Итого** | **12,5** | **16,7** | **58,4** | **354** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 108 | 0,5 | 0,1 | 10,9 | 47 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,9** | **47** |
| **Обед** |
| 2008 | 56 | ИКРА МОРКОВНАЯ | 50 | 1,1 | 5 | 6,6 | 76 |
| 2008 | 95 | СУП ГОРОХОВЫЙ СО СМЕТАНОЙ ИГРЕНКАМИ | 200 | 14,6 | 10,2 | 68,3 | 431 |
| 2010 | 26 | КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ | 150 | 4,2 | 5,8 | 27,4 | 178 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 14,8 | 69 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,6 | 1,7 | 31,5 | 161 |
| **Итого** | **25,7** | **27,9** | **153,4** | **982** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ | 120 | 7,2 | 7,2 | 40,8 | 255 |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ | 180 | 5 | 5,6 | 8,2 | 105 |
| **Итого** | **12,2** | **12,8** | **49** | **360** |
| **Всего** | **50,9** | **57,5** | **271,7** | **1743** |

.