|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **10 мая 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 МАННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 4,5 | 5,6 | 36,1 | 212 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 5,1 | 21 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 28 | 2 | 2,6 | 20,2 | 113 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **6,7** | **12,4** | **61,5** | **384** |
| **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 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2,8 | 5,6 | 13,2 | 115 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУРЫ | 80 | 0,8 | 8 | 0,5 | 77 |
| 2011 | 203 |  РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫММАСЛОМ | 130 | 2,7 | 4,4 | 28,7 | 166 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 3 | 4,8 | 49 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 9,7 | 39 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 |  |  |  |  |
| **Итого** | **7,1** | **21** | **56,9** | **446** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 80 | 12,8 | 6,2 | 3,4 | 120 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 1,7 | 4,4 | 14,3 | 104 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **14,6** | **10,6** | **20,8** | **237** |
| **Всего** | **28,9** | **44,1** | **149,3** | **1110** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.