|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **11 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ | 130 | 8 | 9,8 | 2,7 | 131 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4 | 4,1 | 18,1 | 125 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,5 | 1 | 16,2 | 84 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **14,6** | **19,1** | **37,1** | **378** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 86 | 0,4 | 0,1 | 8,8 | 37 |
| **Итого** | **0,4** | **0,1** | **8,8** | **37** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 25 |  |  |  |  |
| 2011 | 98 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА МКБ СОСМЕТАНОЙ | 200 | 2,5 | 6,9 | 11,7 | 128 |
| 2010 | 66 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫММЯСОМ | 130 | 3,7 | 8,6 | 18,5 | 166 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 |  |  | 9,7 | 39 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,7 | 1,1 | 18,7 | 95 |
| **Итого** | **8,9** | **16,6** | **58,6** | **428** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5 | 6,7 | 21,7 | 167 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,5 | 1 | 16,7 | 86 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ЗЕФИР | 30 | 0,2 |  | 23,2 | 95 |
| **Итого** | **7,8** | **7,7** | **64,7** | **361** |
| **Всего** | **31,7** | **43,5** | **169,2** | **1204** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.