|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **11 июля 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 | | 112 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ | | | | | 200 | | 7 | | 7,5 | | 26,4 | 201 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,1 | | 0,9 | | 14,1 | 73 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **9,3** | | **12,6** | | **43,7** | **325** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СЛИВА СВЕЖАЯ | | | | | 100 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 24 | |  | |  | |  |  | |
| 2008 | | 95 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | | | | | 200 | | 2,1 | | 7,4 | | 14,5 | 140 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ | | | | | 80 | | 3,2 | | 6,8 | | 9,1 | 109 | |
| 2011 | | 330 | ПЮРЕ ОВОЩНОЕ | | | | | 110 | | 3,8 | | 5,3 | | 14,8 | 123 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | | 180 | |  | |  | | 9,7 | 39 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 2,8 | | 1,1 | | 19,3 | 98 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **11,9** | | **20,6** | | **67,4** | **509** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | | | | | 59 | | 7,8 | | 7 | | 0,4 | 95 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| 2008 | | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | | | 40 | | 2,1 | | 0,9 | | 14,1 | 73 | |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ | | | | | 35 | | 2 | | 1,6 | | 25,5 | 124 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **12** | | **9,5** | | **43,1** | **305** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **33,2** | | **42,7** | | **154,2** | **1139** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.