|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **11 октября 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 | 6,3 | 7,3 | 23,5 | 184 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2 | 0,8 | 13,3 | 69 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **8,5** | **12,3** | **39,9** | **303** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 62 | 0,3 | 0,1 | 6,3 | 27 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **6,3** | **27** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 28 |  |  |  |  |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,2 | 6,3 | 15 | 137 |
| 2011 | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | 130 | 2,6 | 4,2 | 9,6 | 87 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2008 | 56 | ИКРА МОРКОВНАЯ | 50 | 0,9 | 5 | 7,9 | 80 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 0,1 |  | 19,8 | 82 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,1 | 1,3 | 21,5 | 110 |
| **Итого** | **10,7** | **21,8** | **78,6** | **563** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 80 | 14 | 7,1 | 8,9 | 154 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,8 | 5,4 | 16,8 | 127 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,1 | 0,8 | 13,7 | 71 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **19** | **13,3** | **42,5** | **365** |
| **Всего** | **38,5** | **47,5** | **167,3** | **1258** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.