|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 января 2024 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,7 | 8,3 | 21,8 | 189 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,9 | 5,1 | 16,9 | 133 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,7 | 0,7 | 11,5 | 60 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **13,4** | **18,3** | **50,3** | **420** |
| **Обед** |
| 2011 | 87 | СУП РЫБНЫЙ | 200 | 5,8 | 5,8 | 13,1 | 102 |
| 2008 | 305 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 130 | 3 | 0,6 | 9,8 | 58 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2008 | 411 |  НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 180 |  |  | 19,4 | 77 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,2 | 1,3 | 22,1 | 113 |
| **Итого** | **12,8** | **12,7** | **69,2** | **417** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2010 | 106 | БУЛОЧКА «РОЗОВАЯ» | 120 | 7,5 | 5,5 | 45,2 | 259 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| **Итого** | **7,6** | **5,5** | **48,2** | **271** |
| **Всего** | **33,8** | **36,5** | **167,7** | **1108** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.