|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,7 | 8,3 | 21,8 | 189 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 5 | 5,2 | 16,9 | 135 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,7 | 1,1 | 17,7 | 91 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 16 |  |  |  |  |
| **Итого** | **14,5** | **18,8** | **56,5** | **453** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 160 |  |  |  |  |
| **Итого** |  |  |  |  |
| **Обед** |
| 2011 | 87 | СУП РЫБНЫЙ | 200 | 6,3 | 7 | 12,1 | 106 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 130 | 3 | 0,6 | 10 | 59 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 14,8 | 69 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,9 | 1,2 | 20 | 102 |
| **Итого** | **13,4** | **14** | **61,7** | **403** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 336 | МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С ЯБЛОКАМИ | 80 | 1 | 4,1 | 9,9 | 81 |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 120 | 6,2 | 9 | 39,8 | 263 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **7,3** | **13,1** | **52,8** | **357** |
| **Всего** | **35,2** | **45,9** | **171** | **1213** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.