|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 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 | 184 | КАША ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,8 | 7,3 | 19,3 | 166 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,6 | 4,7 | 18,2 | 134 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,4 | 0,6 | 9,1 | 47 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **11,9** | **16,8** | **46,7** | **385** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 94 | 0,5 | 0,1 | 9,6 | 41 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **9,6** | **41** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 23 |  |  |  |  |
| 2011 | 62 | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2,6 | 7,2 | 11,4 | 128 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 80 | 2,7 | 4,9 | 6,1 | 79 |
| 2010 | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СОСЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130 | 3,7 | 5 | 16,6 | 126 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 3 | 4,8 | 49 |
| 2015 год |  | НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,7 | 0,2 | 28,8 | 121 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,7 | 1,1 | 18,7 | 95 |
| **Итого** | **13,2** | **21,4** | **86,4** | **598** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ | 120 | 10,8 | 9,8 | 58,1 | 364 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 5,1 | 21 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 24 | 0,7 | 0,8 | 18,6 | 85 |
| **Итого** | **11,6** | **10,6** | **81,8** | **470** |
| **Всего** | **37,2** | **48,9** | **224,5** | **1494** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.