|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 апреля 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ | 130 | 8 | 9,8 | 2,7 | 131 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2 | 0,8 | 13 | 67 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **10,2** | **14,8** | **18,9** | **249** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 170 |  |  |  |  |
| **Итого** |  |  |  |  |
| **Обед** |
| 2008 | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | 200 | 2,9 | 5,7 | 17,4 | 133 |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 1,8 | 3,6 | 4,9 | 60 |
| 2011 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНОЕ | 130 | 3,6 | 6 | 18,6 | 143 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 9,7 | 39 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,4 | 0,9 | 16,3 | 83 |
| **Итого** | **10,7** | **16,2** | **66,9** | **458** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5 | 6,7 | 21,7 | 167 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,6 | 0,6 | 9,9 | 51 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 5,3 | 23 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 28 | 0,8 | 0,9 | 21,6 | 99 |
| **Итого** | **7,6** | **8,2** | **58,5** | **340** |
| **Всего** | **28,5** | **39,2** | **144,3** | **1047** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.