|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 сентября 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 | |  | | 3,1 | 13 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,2 | | 0,9 | | 14,3 | 74 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **8,7** | | **12,4** | | **41** | **309** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | БАНАН | | | | | 200 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 22 | |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | | | | | 200 | | 3,1 | | 6 | | 14,9 | 132 | |
| 2011 | | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | | | | | 130 | | 2,4 | | 4 | | 9,6 | 84 | |
| 2010 | | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | | | | | 50 | | 0,8 | | 5 | | 4,8 | 67 | |
| 2008 | | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 19,8 | 82 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 2,8 | | 1,1 | | 19,1 | 97 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **9,2** | | **16,1** | | **68,2** | **462** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | | | | | 80 | | 13,4 | | 7,2 | | 5 | 138 | |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | | 110 | | 2,8 | | 5,4 | | 16,8 | 127 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | | 1,6 | | 0,7 | | 11 | 57 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **17,9** | | **13,3** | | **35,9** | **335** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **35,8** | | **41,8** | | **145,1** | **1106** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.