|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **14 февраля 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 ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ | | | | 200 | 7,2 | | 8,3 | | 24,3 | 202 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | 5,3 | | 5,6 | | 19,6 | 152 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | 3 | | 1,2 | | 19,4 | 101 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | **15,6** | | **19,3** | | **63,4** | **493** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | | | | 100 | 0,3 | | 0,1 | | 9,6 | 47 | |
| **Итого** | | | | | | | | **0,3** | | **0,1** | | **9,6** | **47** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | 31 |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 94 | СУП РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | | | 200 | 2,3 | | 7,8 | | 12,3 | 136 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ | | | | 80 | 2,7 | | 6,2 | | 10,4 | 107 | |
| 2008 | | 141 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | | | | 130 | 2,7 | | 6,1 | | 10 | 107 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 |  | |  | | 9,7 | 39 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | 3,7 | | 1,5 | | 24,9 | 127 | |
| **Итого** | | | | | | | | **11,4** | | **21,6** | | **67,3** | **516** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | | | | 120 | 8 | | 9,8 | | 47,8 | 310 | |
| 2008 | | 435 | КЕФИР С САХАРОМ | | | | 200 | 8,3 | | 7,1 | | 16,4 | 171 | |
| **Итого** | | | | | | | | **16,3** | | **16,9** | | **64,2** | **481** | |
| **Всего** | | | | | | | | **43,6** | | **57,9** | | **204,5** | **1537** | |

.