|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** |

.