|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **14 марта 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** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2010 | | 46 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ | | | | 130 | 2,5 | | 4,1 | | 14,1 | 102 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 5,1 | 21 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | 2 | | 0,8 | | 13 | 67 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | **4,7** | | **9,1** | | **32,3** | **228** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 92 | 0,5 | | 0,1 | | 9,3 | 40 | |
| **Итого** | | | | | | | | **0,5** | | **0,1** | | **9,3** | **40** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 94 | СУП РАССОЛЬНИК НА МКБ | | | | 200 | 2 | | 5,5 | | 12,8 | 110 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ | | | | 80 | 1,9 | | 3,8 | | 8,1 | 75 | |
| 2008 | | 141 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | | | | 130 | 2,8 | | 6,1 | | 10,7 | 110 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 |  | |  | | 9,7 | 39 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | 2,3 | | 0,9 | | 15,7 | 80 | |
| **Итого** | | | | | | | | **9** | | **16,3** | | **57** | **414** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 184 | КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ | | | | 200 | 5,9 | | 6,8 | | 22 | 173 | |
| 2008 | | 435 | КЕФИР С САХАРОМ | | | | 118 | 3,4 | | 3 | | 9,7 | 83 | |
| 2008 | | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | | | | 40 | 2,1 | | 0,8 | | 22 | 104 | |
| **Итого** | | | | | | | | **11,4** | | **10,6** | | **53,7** | **360** | |
| **Всего** | | | | | | | | **25,6** | | **36,1** | | **152,3** | **1042** | |

.