|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **14 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 130 | 8 | 9,8 | 2,7 | 131 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,2 | 0,9 | 14,3 | 74 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **10,4** | **14,9** | **20,1** | **255** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **43** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 22 |  |  |  |  |
| 2008 | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | 200 | 2,3 | 4,6 | 14,1 | 108 |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 2,2 | 4,1 | 5,8 | 68 |
| 2011 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 110 | 3,4 | 5,9 | 16,2 | 132 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 7,8 | 31 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,8 | 1,1 | 19,1 | 97 |
| **Итого** | **10,7** | **15,7** | **63** | **436** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,3 | 7 | 22,2 | 173 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,6 | 0,7 | 11 | 57 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 |
| 2008 |  | ЗЕФИР | 50 | 0,4 | 0,1 | 38,7 | 158 |
| **Итого** | **12,1** | **13** | **79,7** | **487** |
| **Всего** | **33,7** | **43,7** | **172,9** | **1221** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.