|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **15 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** |
| 2008 | 184 | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,3 | 7,3 | 23,5 | 184 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,5 | 4,7 | 17,8 | 131 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,9 | 0,8 | 12,7 | 66 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **12,8** | **17** | **54,1** | **419** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | МАНДАРИН | 120 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 |
| **Итого** | **0,8** | **0,2** | **7,5** | **38** |
| **Обед** |
| к/к | к/к | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИИ | 17 | 0,4 |  | 0,8 | 5 |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МКБ | 200 | 2,8 | 5,6 | 13,2 | 115 |
| 2011 | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | 130 | 1,4 | 3,1 | 9,5 | 72 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,9 | 5 | 5,1 | 69 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 0,1 |  | 19,8 | 82 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,3 | 0,9 | 15,7 | 80 |
| **Итого** | **7,9** | **14,6** | **64,1** | **423** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 80 | 13,7 | 6,6 | 10,8 | 157 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 3,2 | 6 | 16,6 | 133 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 0,8 | 13 | 67 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **19** | **13,4** | **43,5** | **370** |
| **Всего** | **40,5** | **45,2** | **169,2** | **1250** |

.