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

.