|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **15 июня 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 | | 9,3 | | 11 | | 2,7 | 147 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 4,6 | | 4,7 | | 18,3 | 134 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 3,8 | | 1,5 | | 24,3 | 126 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **17,8** | | **21,4** | | **45,4** | **445** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | | 108 | | 0,5 | | 0,1 | | 10,9 | 47 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,5** | | **0,1** | | **10,9** | **47** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 16 | |  | |  | |  |  | |
| 2008 | | 95 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | | | | | 200 | | 2,1 | | 7,5 | | 14,6 | 141 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ | | | | | 80 | | 3,3 | | 6,5 | | 14 | 127 | |
| 2008 | | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ | | | | | 110 | | 3,2 | | 5,6 | | 14,5 | 122 | |
| 2008 | | 436 | НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | | | | | 180 | |  | |  | | 19,4 | 77 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3,7 | | 1,5 | | 24,9 | 127 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **12,3** | | **21,1** | | **87,4** | **594** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | | 130 | | 3,8 | | 4,6 | | 23,2 | 149 | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | | 150 | | 4,3 | | 4,7 | | 6,9 | 87 | |
| 2008 | |  | ВАФЛИ | | | | | 28 | | 0,8 | | 0,9 | | 21,6 | 99 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **8,9** | | **10,2** | | **51,7** | **335** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **39,5** | | **52,8** | | **195,4** | **1421** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.