|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **16 февраля 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 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,5 | 4,7 | 17,6 | 131 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,2 | 1,3 | 20,9 | 108 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **15,8** | **20** | **41,3** | **408** |
| **II Завтрак** |
|  |  | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 100 | 0,3 | 0,1 | 9,6 | 47 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **9,6** | **47** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 20 |  |  |  |  |
| 2008 | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | 200 | 3,6 | 6,6 | 14,1 | 130 |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 9,1 | 9,1 | 12,5 | 168 |
| 2011 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНОЕ | 130 | 3,3 | 5,9 | 15,6 | 129 |
| 2015 год |  | НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,3 | 0,1 | 11,9 | 49 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,9 | 1,2 | 20,2 | 103 |
| **Итого** | **19,2** | **22,9** | **74,3** | **579** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,6 | 7,3 | 22,7 | 179 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 30 | 0,8 | 1 | 23,2 | 106 |
| **Итого** | **6,5** | **8,3** | **49** | **298** |
| **Всего** | **41,8** | **51,3** | **174,2** | **1332** |

.