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

.