|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **16 октября 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 | | 190 | КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 6,5 | | 9,1 | | 26,5 | 215 | |
| 2011 | | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 2,3 | | 2,2 | | 22 | 118 | |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | | 25 | | 1,8 | | 2,4 | | 18 | 101 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,6** | | **13,7** | | **66,5** | **434** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | | 60 | | 0,3 | | 0,1 | | 6,1 | 26 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,3** | | **0,1** | | **6,1** | **26** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | | | | | 17 | | 0,1 | |  | | 0,3 | 2 | |
| 2011 | | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | | | | 200 | | 3,1 | | 6,2 | | 18,6 | 149 | |
| 2008 | | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | | | | | 130 | | 7,2 | | 10,9 | | 16,6 | 194 | |
| 2011 | | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | | 180 | | 0,4 | | 0,2 | | 14,8 | 69 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,8** | | **17,3** | | **50,3** | **414** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 226 | РЫБА В ОМЛЕТЕ | | | | | 130 | | 8 | | 9,8 | | 2,7 | 131 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 1,6 | | 1,6 | | 7,4 | 50 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **9,6** | | **11,4** | | **10,1** | **181** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **31,3** | | **42,5** | | **133** | **1055** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.