|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.