|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **17 марта 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 | 184 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,1 | 7,7 | 20,8 | 177 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,8 | 5 | 16,8 | 132 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,4 | 1 | 15,8 | 82 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 11 |  |  |  |  |
| **Итого** | **13,4** | **17,9** | **53,5** | **429** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 113 | 0,6 | 0,1 | 11,5 | 49 |
| **Итого** | **0,6** | **0,1** | **11,5** | **49** |
| **Обед** |
| 2011 | 87 | СУП РЫБНЫЙ | 200 | 4,9 | 6,6 | 12,1 | 106 |
| 2011 | 155 | ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ | 130 | 6,7 | 9 | 22 | 195 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 14,8 | 69 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,3 | 0,9 | 15,7 | 80 |
| **Итого** | **14,3** | **16,7** | **64,6** | **450** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ИЗЮМОМ | 120 | 6,8 | 7,2 | 54,4 | 309 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 5,3 | 23 |
| **Итого** | **7** | **7,2** | **59,7** | **332** |
| **Всего** | **35,3** | **41,9** | **189,3** | **1260** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.