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

.