|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **18 сентября 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 | 4,9 | 5 | 16,8 | 133 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ | 50 | 3 | 2,4 | 38,4 | 187 |
| **Итого** | **14,4** | **16,5** | **81,7** | **535** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 97 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 42 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **9,9** | **42** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | 29 | 0,2 |  | 0,5 | 4 |
| 2011 | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3 | 5,9 | 18,5 | 144 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 130 | 6,9 | 10,7 | 14,1 | 181 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 14,8 | 69 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 |  |  |  |  |
| **Итого** | **10,5** | **16,8** | **47,9** | **398** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 226 | РЫБА В ОМЛЕТЕ | 130 | 6,7 | 8,8 | 2,6 | 116 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| **Итого** | **6,8** | **8,8** | **5,6** | **128** |
| **Всего** | **32,2** | **42,2** | **145,1** | **1103** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.