|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **19 июля 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 МАННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,3 | 7,3 | 23,5 | 184 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,9 | 0,8 | 12,5 | 65 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **8,4** | **12,3** | **39,2** | **300** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 85 | 0,4 | 0,1 | 8,7 | 37 |
| **Итого** | **0,4** | **0,1** | **8,7** | **37** |
| **Обед** |
| 2008 |  | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИИ | 38 |  |  |  |  |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,1 | 7,2 | 13,6 | 136 |
| 2011 | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | 131 | 2,5 | 4,1 | 9,6 | 86 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 180 | 0,3 |  | 46,9 | 184 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,5 | 1 | 17,1 | 87 |
| **Итого** | **9,2** | **17,3** | **92** | **560** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 80 | 14,2 | 7,2 | 8,5 | 154 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,5 | 5,3 | 13,7 | 112 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,8 | 12,5 | 65 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **18,7** | **13,3** | **37,8** | **344** |
| **Всего** | **36,7** | **43** | **177,7** | **1241** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.