|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1 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 МАННАЯ НА МОЛОКЕ | | | | 200 | 6,3 | | 7,3 | | 23,5 | 184 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 5,1 | 21 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | 1,9 | | 0,8 | | 12,4 | 64 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | **8,4** | | **12,3** | | **41,1** | **307** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | МАНДАРИН | | | | 145 | 0,8 | | 0,2 | | 7,5 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | **0,8** | | **0,2** | | **7,5** | **38** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | | к/к | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИИ | | | | 17 | 0,4 | |  | | 0,8 | 5 | |
| 2011 | | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МКБ | | | | 200 | 2,8 | | 5,6 | | 13,2 | 115 | |
| 2011 | | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | | | | 130 | 1,4 | | 3,1 | | 9,5 | 72 | |
| 2010 | | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | | | | 50 | 0,9 | | 5 | | 5,1 | 69 | |
| 2008 | | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 19,8 | 82 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | 2 | | 0,8 | | 14 | 71 | |
| **Итого** | | | | | | | | **7,6** | | **14,5** | | **62,4** | **414** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | | | | 80 | 13,7 | | 6,6 | | 10,6 | 156 | |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | 3,2 | | 6 | | 16,6 | 133 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | **17** | | **12,6** | | **30,3** | **302** | |
| **Всего** | | | | | | | | **33,8** | | **39,6** | | **141,3** | **1061** | |

.