|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 февраля 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 | 5,9 | | 6,9 | | 25,5 | 189 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | 4,5 | | 4,7 | | 17,5 | 130 | |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 28 | 2 | | 2,6 | | 20,2 | 113 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | **12,5** | | **18,4** | | **63,3** | **470** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 100 | 0,5 | | 0,1 | | 10,1 | 43 | |
| **Итого** | | | | | | | | **0,5** | | **0,1** | | **10,1** | **43** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | | | | 36 | 0,3 | |  | | 0,6 | 5 | |
| 2011 | | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | | | 200 | 2,5 | | 3,2 | | 16,9 | 107 | |
| 2010 | | 57 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ | | | | 130 | 4,5 | | 8,3 | | 14,5 | 152 | |
| 2011 | | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | 180 | 0,4 | | 0,2 | | 14,8 | 69 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | **7,7** | | **11,7** | | **46,8** | **333** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 245 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ | | | | 80 | 1,6 | | 6 | | 4,9 | 80 | |
| 2011 | | 203 | РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | 130 | 2,4 | | 4,4 | | 25,1 | 149 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | **4,1** | | **10,4** | | **33,1** | **242** | |
| **Всего** | | | | | | | | **24,8** | | **40,6** | | **153,3** | **1088** | |

.