|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 СЛИВОЧНЫММАСЛОМ | 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** |

.