|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 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 | | 190 | КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 5,9 | | 6,9 | | 25,5 | 189 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 3,9 | | 4,1 | | 16,8 | 120 | |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | | 28 | | 2 | | 2,6 | | 20,2 | 113 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **11,9** | | **17,8** | | **62,6** | **460** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | | 93 | | 0,5 | | 0,1 | | 9,4 | 40 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,5** | | **0,1** | | **9,4** | **40** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | | | | | 25 | | 0,2 | |  | | 0,4 | 3 | |
| 2011 | | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | | | | 200 | | 2,7 | | 4,5 | | 16,6 | 121 | |
| 2010 | | 57 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ | | | | | 130 | | 4,8 | | 12,1 | | 14,7 | 187 | |
| 2011 | | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | | 180 | | 0,4 | | 0,2 | | 14,8 | 69 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **8,1** | | **16,8** | | **46,5** | **380** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 245 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ | | | | | 80 | | 1,7 | | 6 | | 4,9 | 80 | |
| 2011 | | 203 | РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | | 130 | | 2,4 | | 4,4 | | 25,1 | 149 | |
| 2011 | | 363 | СОУС БЕЛЫЙ МОЛОЧНЫЙ | | | | | 50 | | 2 | | 5,7 | | 5,7 | 82 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **6,2** | | **16,1** | | **38,8** | **324** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **26,7** | | **50,8** | | **157,3** | **1204** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.