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

.