|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 апреля 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 ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,9 | 7 | 22,5 | 177 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,5 | 4,7 | 17,7 | 131 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,4 | 1 | 15,5 | 80 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **12,9** | **16,9** | **55,8** | **426** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 110 | 0,6 | 0,1 | 11,1 | 47 |
| **Итого** | **0,6** | **0,1** | **11,1** | **47** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 1,7 | 5,4 | 7,7 | 87 |
| 2011 | 294 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ | 80 | 2,3 | 5,9 | 10,2 | 103 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 110 | 3 | 5,6 | 13,8 | 118 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 9,7 | 39 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,2 | 0,9 | 14,9 | 76 |
| **Итого** | **9,2** | **17,8** | **56,3** | **423** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СОСЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130 | 3,8 | 4,6 | 23,2 | 149 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 11 |  |  |  |  |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 23 | 0,6 | 0,8 | 17,9 | 82 |
| **Итого** | **4,5** | **5,4** | **44,2** | **244** |
| **Всего** | **27,2** | **40,2** | **167,4** | **1140** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.