|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 июля 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 5,6 | | 7,3 | | 22,7 | 179 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 4,6 | | 4,7 | | 18,1 | 133 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 1,8 | | 0,8 | | 12,1 | 63 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **12,1** | | **17** | | **53** | **413** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ НАПИТОК | | | | | 100 | | 0,3 | | 0,1 | | 9,6 | 47 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,3** | | **0,1** | | **9,6** | **47** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 20 | |  | |  | |  |  | |
| 2008 | | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ И ГРЕНКАМИ | | | | | 200 | | 5,4 | | 6,7 | | 33,6 | 216 | |
| 2008 | | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | | | | | 80 | | 3 | | 4,5 | | 11,1 | 96 | |
| 2011 | | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | | | | | 110 | | 2,2 | | 5,2 | | 10,6 | 97 | |
| 2008 | | 396 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | 16,5 | 67 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 2,4 | | 1 | | 16,6 | 85 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **13,1** | | **17,5** | | **88,4** | **561** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ | | | | | 130 | | 1,5 | | 4 | | 2,3 | 51 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | | 1,8 | | 0,8 | | 12,1 | 63 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| 2008 | |  | ЗЕФИР | | | | | 40 | | 0,3 | |  | | 32,2 | 132 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **3,7** | | **4,8** | | **49,7** | **259** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **29,2** | | **39,4** | | **200,7** | **1280** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.