|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2010 | | 46 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | | | | | 130 | | 6,1 | | 8,1 | | 35,1 | 236 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 5,1 | 21 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,3 | | 0,9 | | 14,9 | 77 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **8,6** | | **13,2** | | **55,2** | **372** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | БАНАН | | | | | 250 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 20 | |  | |  | |  |  | |
| 2008 | | 95 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МКБ | | | | | 200 | | 1,8 | | 5,6 | | 14,1 | 115 | |
| 2011 | | 294 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | | | | | 80 | | 2,4 | | 4,3 | | 8,9 | 84 | |
| 2011 | | 330 | ПЮРЕ ОВОЩНОЕ | | | | | 130 | | 3,2 | | 5,3 | | 12,9 | 112 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | | | | 180 | |  | |  | | 9,7 | 39 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 2,7 | | 1,1 | | 18,3 | 93 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,1** | | **16,3** | | **63,9** | **443** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 112 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ | | | | | 200 | | 6,4 | | 8,5 | | 27,4 | 212 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ | | | | | 180 | | 2 | | 2,1 | | 6,3 | 54 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | | 2,3 | | 0,9 | | 15,3 | 79 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,7** | | **11,5** | | **49** | **345** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **29,4** | | **41** | | **168,1** | **1160** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.