|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 сентября 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 | | 6,5 | | 7,6 | | 23,5 | 189 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3 | 12 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,2 | | 0,9 | | 14,6 | 75 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **8,9** | | **12,7** | | **41,2** | **314** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | ЯБЛОКО | | | | | 120 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 99 | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | | 200 | | 1,8 | | 4,5 | | 8,8 | 84 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ | | | | | 80 | | 2,5 | | 6 | | 11,4 | 108 | |
| 2008 | | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ | | | | | 110 | | 3 | | 5,6 | | 15,2 | 124 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | | 180 | |  | |  | | 7,8 | 31 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 2,8 | | 1,1 | | 19,5 | 99 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,1** | | **17,2** | | **62,7** | **446** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 210 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | | | | | 130 | | 4,1 | | 4,6 | | 24,9 | 158 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **4,2** | | **4,6** | | **28** | **171** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **23,2** | | **34,5** | | **131,9** | **931** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.