|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 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 | 184 | КАША ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,2 | 6,7 | 18,3 | 155 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,6 | 4,7 | 17,9 | 132 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,6 | 0,7 | 10,7 | 55 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **11,5** | **16,3** | **47** | **380** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 101 | 0,5 | 0,1 | 10,3 | 44 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,3** | **44** |
| **Обед** |
| 2011 | 62 | БОРЩ НА МКБ | 200 | 2,3 | 5,4 | 11,7 | 106 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 80 | 2 | 4,4 | 4,2 | 64 |
| 2010 | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СОСЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130 | 4,3 | 5,2 | 19,4 | 141 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 3 | 4,8 | 49 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 0,1 |  | 19,8 | 82 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,5 | 1 | 17,6 | 90 |
| **Итого** | **12** | **19** | **77,5** | **532** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | 120 | 8,1 | 9,8 | 46,9 | 307 |
| 2008 | 435 | СНЕЖОК | 150 |  |  |  |  |
| **Итого** | **8,1** | **9,8** | **46,9** | **307** |
| **Всего** | **32,1** | **45,2** | **181,7** | **1263** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.