|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 ноября 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 МАННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,3 | 8,9 | 23,5 | 199 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 1,1 | 18,2 | 94 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **9,3** | **14,2** | **44,8** | **343** |
| **Обед** |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,1 | 6,2 | 14,3 | 133 |
| 2011 | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | 130 | 2,8 | 4,3 | 9,6 | 89 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2008 | 56 | ИКРА МОРКОВНАЯ | 50 | 0,9 | 5 | 7,9 | 80 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 0,1 |  | 19,8 | 82 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,2 | 1,3 | 21,8 | 112 |
| **Итого** | **10,9** | **21,8** | **78,2** | **563** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 28 |  |  |  |  |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 80 | 13,8 | 6,9 | 9 | 153 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 3,2 | 6 | 16,7 | 133 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,1 | 0,9 | 14,1 | 73 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| **Итого** | **19,2** | **13,8** | **42,8** | **371** |
| **Всего** | **39,4** | **49,8** | **165,8** | **1277** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.