|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **28 февраля 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 | | | | 130 | 2,5 | | 4,1 | | 14,1 | 102 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | 4,5 | | 4,7 | | 17,7 | 131 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | 1,9 | | 0,8 | | 12,4 | 64 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | **9** | | **13,8** | | **44,3** | **335** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 86 | 0,4 | | 0,1 | | 8,8 | 37 | |
| **Итого** | | | | | | | | **0,4** | | **0,1** | | **8,8** | **37** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | 26 |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 94 | СУП РАССОЛЬНИК НА МКБ | | | | 200 | 2 | | 5,6 | | 12,9 | 111 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ | | | | 80 | 2,2 | | 5,8 | | 9,4 | 98 | |
| 2008 | | 141 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | | | | 130 | 2,7 | | 6,1 | | 10 | 107 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 |  | |  | | 9,7 | 39 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | 2 | | 0,8 | | 14 | 71 | |
| **Итого** | | | | | | | | **8,9** | | **18,3** | | **56** | **426** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 184 | КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ | | | | 200 | 5,9 | | 6,8 | | 22 | 173 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | 1,5 | | 0,6 | | 9,5 | 49 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | **7,5** | | **7,4** | | **34,6** | **235** | |
| **Всего** | | | | | | | | **25,8** | | **39,6** | | **143,7** | **1033** | |

.