|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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** |

.