|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **28 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 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | | 130 | | 8 | | 9,8 | | 2,7 | 131 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,7 | | 1,1 | | 17,7 | 91 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 200 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,9** | | **15,1** | | **23,6** | **273** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | | 93 | | 0,5 | | 0,1 | | 9,5 | 40 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,5** | | **0,1** | | **9,5** | **40** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ И ГРЕНКАМИ | | | | | 200 | | 5,3 | | 5,9 | | 33,6 | 210 | |
| 2008 | | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | | | | | 80 | | 2,2 | | 4,1 | | 6,7 | 71 | |
| 2011 | | 326 | ПЮРЕ СВЕКОЛЬНОЕ | | | | | 100 | | 1,6 | | 2,5 | | 10,8 | 72 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | | 180 | |  | |  | | 7,8 | 31 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3,8 | | 1,5 | | 25,9 | 132 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **12,9** | | **14** | | **84,8** | **516** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | | | | | 80 | | 13,1 | | 6,9 | | 5,9 | 137 | |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | | 110 | | 2,8 | | 5,4 | | 16,8 | 127 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | | 2,8 | | 1,1 | | 18,2 | 94 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **18,8** | | **13,4** | | **44** | **371** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **43,1** | | **42,6** | | **161,9** | **1200** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.