|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 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 | 184 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,7 | 8,3 | 21,8 | 189 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 2,3 | 2,2 | 20,1 | 110 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 1,1 | 17,2 | 89 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **11,7** | **15,8** | **59,2** | **426** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 60 | 0,3 | 0,1 | 6,1 | 26 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **6,1** | **26** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 25 |  |  |  |  |
| 2011 | 87 | СУП РЫБНЫЙ | 200 | 9,3 | 6,7 | 12,5 | 99 |
| 2010 | 29 | ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНО-РЫБНЫЕ | 120 | 2,1 | 6 | 13,8 | 118 |
| 2011 | 363 | СОУС БЕЛЫЙ | 50 | 2 | 5,7 | 5,7 | 82 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 180 |  |  | 16,9 | 67 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 1,1 | 18,1 | 92 |
| **Итого** | **16** | **19,5** | **67** | **458** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 120 | 6,9 | 8,7 | 46,4 | 291 |
|  |  | СНЕЖОК | 169 |  |  |  |  |
| **Итого** | **6,9** | **8,7** | **46,4** | **291** |
| **Всего** | **34,9** | **44,1** | **178,7** | **1201** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.