|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **2 марта 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 С СЫРОМ | 130 | 8 | 9,8 | 2,7 | 131 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3,9 | 4,1 | 14,9 | 112 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2 | 0,8 | 13 | 67 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **14** | **18,9** | **30,7** | **348** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 91 | 0,5 | 0,1 | 9,2 | 39 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **9,2** | **39** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | 29 | 0,2 |  | 0,5 | 4 |
| 2008 | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | 200 | 3,6 | 6,6 | 14,1 | 130 |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 8,2 | 8,6 | 8,1 | 142 |
| 2011 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНОЕ | 130 | 3,6 | 6 | 18,6 | 143 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 9,7 | 39 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,1 | 1,2 | 21,3 | 109 |
| **Итого** | **18,7** | **22,4** | **72,3** | **567** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 1,3 | 2,6 | 15,8 | 91 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 2,1 | 0,8 | 21,5 | 101 |
| **Итого** | **3,5** | **3,4** | **40,4** | **205** |
| **Всего** | **36,7** | **44,8** | **152,6** | **1159** |

.