|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **2 октября 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ | 200 | 6,5 | 9,1 | 26,5 | 215 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,2 | 1,6 | 11,4 | 64 |
| **Итого** | **7,8** | **10,7** | **41** | **292** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 56 | 0,3 | 0,1 | 5,7 | 25 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **5,7** | **25** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | 16 | 0,1 |  | 0,3 | 2 |
| 2011 | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,1 | 6,2 | 18,6 | 147 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 130 | 8 | 11,6 | 16,6 | 203 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 12,9 | 61 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 |  |  |  |  |
| **Итого** | **11,6** | **18** | **48,4** | **413** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 226 | РЫБА В ОМЛЕТЕ | 130 | 6,7 | 8,8 | 2,6 | 115 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5 | 5,6 | 8,2 | 105 |
| **Итого** | **11,7** | **14,4** | **10,8** | **220** |
| **Всего** | **31,4** | **43,2** | **105,9** | **950** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.