|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 августа 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 МАННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,3 | 7,3 | 23,5 | 184 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ | 180 | 1,7 | 1,8 | 5,8 | 48 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,3 | 0,9 | 15,3 | 79 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **10,4** | **14,2** | **44,7** | **349** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 106 | 0,5 | 0,1 | 10,8 | 46 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,8** | **46** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 39 |  |  |  |  |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3 | 6,1 | 13,2 | 125 |
| 2011 | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | 130 | 1,9 | 3,6 | 9,5 | 78 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,2 | 0,1 | 15,3 | 64 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,3 | 0,9 | 15,7 | 80 |
| **Итого** | **8,2** | **15,7** | **58,5** | **414** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 80 | 13,7 | 7,2 | 9 | 155 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,9 | 5,4 | 17,9 | 132 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,7 | 0,7 | 11,5 | 60 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **18,4** | **13,3** | **41,5** | **360** |
| **Всего** | **37,5** | **43,3** | **155,5** | **1169** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.