|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **31 января 2024 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 ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 5,8 | | 7,3 | | 19,3 | 166 | |
| 2011 | | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 5 | | 5,1 | | 16,9 | 134 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,6 | | 1,1 | | 17,2 | 89 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **13,5** | | **17,7** | | **53,5** | **427** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | МАНДАРИН | | | | | 180 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 24 | |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ | | | | | 200 | | 2,7 | | 4,6 | | 13,4 | 107 | |
| 2011 | | 278 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | | | | | 80 | | 1,8 | | 3,9 | | 8,5 | 77 | |
| 2010 | | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | | 130 | | 3,7 | | 5 | | 16,6 | 126 | |
| 2010 | | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | | | | | 50 | | 0,8 | | 3 | | 4,8 | 49 | |
| 2008 | | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 19,8 | 82 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3,6 | | 1,4 | | 24,7 | 126 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **12,7** | | **17,9** | | **87,8** | **567** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 429 | ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ | | | | | 120 | | 8,6 | | 9,2 | | 50,6 | 318 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3 | 12 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **8,7** | | **9,2** | | **53,6** | **330** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **34,9** | | **44,8** | | **194,9** | **1324** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.