|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **31 июля 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 173 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 7 | | 9,4 | | 22 | 201 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 4,7 | | 4,7 | | 18,4 | 135 | |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | | 28 | | 2 | | 2,6 | | 20,2 | 113 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **13,7** | | **16,7** | | **60,6** | **449** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | | 104 | | 0,5 | | 0,1 | | 10,6 | 45 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,5** | | **0,1** | | **10,6** | **45** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 95 | СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | | | | | 200 | | 7,1 | | 5,9 | | 20,4 | 163 | |
| 2008 | | 259 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ С КРАСНЫМ СОУСОМ | | | | | 80/50 | | 6,9 | | 7,8 | | 3,4 | 112 | |
| 2011 | | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | | 130 | | 3,8 | | 4,6 | | 23,2 | 149 | |
| 2011 | | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | | 180 | | 0,4 | | 0,2 | | 14,8 | 69 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **18,2** | | **18,5** | | **61,8** | **493** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 399 | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНКОЙ | | | | | 120 | | 10,1 | | 11 | | 60,3 | 380 | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | | 150 | | 4,3 | | 4,7 | | 6,9 | 87 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **14,4** | | **15,7** | | **67,2** | **467** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **46,8** | | **51** | | **200,2** | **1454** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.