|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **31 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** |
| 2011 | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,6 | 7,3 | 22,7 | 179 |
| 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** | **9,7** | **14,2** | **43,9** | **344** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 106 | 0,5 | 0,1 | 10,8 | 46 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,8** | **46** |
| **Обед** |
| 2008 | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | 200 | 2,3 | 4,6 | 14,1 | 108 |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 2,8 | 4,4 | 9,8 | 89 |
| 2011 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 110 | 2,5 | 5,3 | 13,1 | 109 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,2 | 0,1 | 15,3 | 64 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,9 | 1,1 | 19,7 | 100 |
| **Итого** | **10,7** | **15,5** | **72** | **470** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 130 | 8 | 9,8 | 2,7 | 131 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 25 | 0,7 | 0,8 | 19,3 | 89 |
| **Итого** | **8,8** | **10,6** | **25,1** | **233** |
| **Всего** | **29,7** | **40,4** | **151,8** | **1093** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.