|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **4 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 6,7 | | 8,3 | | 21,8 | 189 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,5 | | 1 | | 16,2 | 84 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| 2011 | | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 19 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **9,4** | | **13,5** | | **41,2** | **324** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | | 113 | | 0,6 | | 0,1 | | 11,4 | 49 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,6** | | **0,1** | | **11,4** | **49** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 27 | |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 87 | СУП РЫБНЫЙ | | | | | 200 | | 7,5 | | 7,3 | | 15,9 | 124 | |
| 2010 | | 82 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ С ГОВЯДИНОЙ | | | | | 130 | | 9,1 | | 11,4 | | 11,5 | 187 | |
| 2008 | | 436 | НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | | | | | 180 | | 0,2 | |  | | 35,6 | 140 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3,2 | | 1,3 | | 22,1 | 113 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **20** | | **20** | | **85,1** | **564** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | | | | | 120 | | 7,6 | | 9,2 | | 46,4 | 299 | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | | 180 | | 5 | | 5,6 | | 8,2 | 105 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **12,6** | | **14,8** | | **54,6** | **404** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **42,6** | | **48,4** | | **192,3** | **1341** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.