|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **4 сентября 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ | 200 | 6,5 | 9,1 | 26,5 | 215 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ | 45 | 2,9 | 2,3 | 36,4 | 178 |
| **Итого** | **9,5** | **11,4** | **66** | **406** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 81 | 0,4 | 0,1 | 8,2 | 35 |
| **Итого** | **0,4** | **0,1** | **8,2** | **35** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 22 |  |  |  |  |
| 2011 | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,1 | 6,1 | 18,6 | 146 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 130 | 7,6 | 11,4 | 14,1 | 190 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 14,8 | 69 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 |  |  |  |  |
| **Итого** | **11,1** | **17,7** | **47,5** | **405** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 226 | РЫБА В ОМЛЕТЕ | 130 | 6,7 | 8,8 | 2,6 | 116 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 4,7 | 6,9 | 87 |
| **Итого** | **11** | **13,5** | **9,5** | **203** |
| **Всего** | **32** | **42,7** | **131,2** | **1049** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.