|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **5 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 | | 112 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ | | | | | 200 | | 6,4 | | 7,4 | | 23,1 | 185 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 1,7 | | 1,8 | | 5,8 | 48 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,1 | | 0,9 | | 13,9 | 72 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,3** | | **14,3** | | **42,9** | **343** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | ЯБЛОКО | | | | | 120 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 20 | |  | |  | |  |  | |
| 2008 | | 95 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | | | | | 200 | | 2,1 | | 6,1 | | 15,4 | 129 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ | | | | | 80 | | 2,5 | | 6 | | 10 | 102 | |
| 2011 | | 330 | ПЮРЕ ОВОЩНОЕ | | | | | 110 | | 3,1 | | 5,3 | | 11,9 | 107 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | | 180 | | 0,2 | | 0,1 | | 15,6 | 65 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 2,7 | | 1,1 | | 18,7 | 95 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,6** | | **18,6** | | **71,6** | **498** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 226 | РЫБА В ОМЛЕТЕ | | | | | 130 | | 6,1 | | 8,2 | | 2,6 | 107 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | | 1,6 | | 0,7 | | 10,7 | 55 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **7,8** | | **8,9** | | **16,4** | **175** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **28,7** | | **41,8** | | **130,9** | **1016** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.