|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.