|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **7 марта 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** |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ | 130 | 3,1 | 4,7 | 14,1 | 110 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,5 | 4,7 | 17,8 | 132 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2 | 0,8 | 13,6 | 70 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **9,7** | **14,4** | **45,6** | **350** |
| **II Завтрак** |
|  |  | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 100 | 0,3 | 0,1 | 9,6 | 47 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **9,6** | **47** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2 | 7 | 14,4 | 133 |
| 2011 | 294 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 80 | 2,4 | 4,1 | 8,4 | 81 |
| 2011 | 330 | ПЮРЕ ОВОЩНОЕ | 130 | 3,2 | 5,3 | 12,9 | 112 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 0,1 |  | 19,8 | 82 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,4 | 1 | 16,6 | 85 |
| **Итого** | **10,1** | **17,4** | **72,1** | **493** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | 120 | 7,1 | 8,8 | 46,4 | 293 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **7,2** | **8,8** | **49,5** | **306** |
| **Всего** | **27,3** | **40,7** | **176,8** | **1196** |

.