|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **7 июля 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 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 5,1 | 5,2 | 17 | 136 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 1,2 | 20,1 | 104 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **15** | **18,9** | **59** | **467** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 104 | 0,5 | 0,1 | 10,5 | 45 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,5** | **45** |
| **Обед** |
| 2011 | 87 | СУП РЫБНЫЙ | 200 | 8,3 | 7,4 | 10,3 | 97 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ С ГОВЯДИНОЙ | 130 | 10,5 | 12,9 | 11,3 | 205 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 180 |  |  | 19,4 | 77 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3 | 1,2 | 20,7 | 105 |
| **Итого** | **21,8** | **21,5** | **61,7** | **484** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | 120 | 7,6 | 9,2 | 46,4 | 298 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 5,1 | 21 |
| **Итого** | **7,7** | **9,2** | **51,5** | **319** |
| **Всего** | **45** | **49,7** | **182,7** | **1315** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.