|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **7 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 | 184 | КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,5 | 7,6 | 23,5 | 189 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2 | 0,8 | 13,3 | 69 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **8,7** | **12,6** | **40** | **309** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 95 | 0,5 | 0,1 | 9,6 | 41 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **9,6** | **41** |
| **Обед** |
| 2011 | 99 | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 1,5 | 4,5 | 8,1 | 79 |
| 2011 | 294 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ | 80 | 2,2 | 5,9 | 9,8 | 101 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 110 | 3,3 | 4,7 | 17,7 | 128 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 9,7 | 39 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,7 | 1,1 | 18,3 | 93 |
| **Итого** | **9,7** | **16,2** | **63,6** | **440** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 210 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 130 | 3,7 | 4,5 | 22,1 | 144 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5 | 5,6 | 8,2 | 105 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 25 | 0,7 | 0,8 | 19,3 | 89 |
| **Итого** | **9,4** | **10,9** | **49,6** | **338** |
| **Всего** | **28,3** | **39,8** | **162,8** | **1128** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.