|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **8 ноября 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 ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,5 | 7,4 | 23 | 184 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 1,1 | 17,2 | 89 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **9,3** | **12,7** | **43,4** | **324** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 60 | 0,3 | 0,1 | 6,1 | 26 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **6,1** | **26** |
| **Обед** |
| 2008 |  | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯПОРЦИИ | 26 |  |  |  |  |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,1 | 6,2 | 14,3 | 132 |
| 2011 | 279 | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ | 130 | 1,4 | 3,1 | 9,5 | 72 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,1 |  | 12,5 | 51 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3 | 1,2 | 20,9 | 106 |
| **Итого** | **8,4** | **15,5** | **62** | **428** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ | 120 | 8,1 | 8,8 | 49,3 | 308 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 1,6 | 1,6 | 7,4 | 50 |
| **Итого** | **9,7** | **10,4** | **56,7** | **358** |
| **Всего** | **27,7** | **38,7** | **168,2** | **1136** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.