|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 5,6 | | 7,3 | | 22,7 | 179 | |
| 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** | | | | | | | | | | **8,4** | | **12,6** | | **43,1** | **319** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | | 60 | | 0,3 | | 0,1 | | 6,1 | 26 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,3** | | **0,1** | | **6,1** | **26** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 95 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | | | | | 200 | | 2,4 | | 6,3 | | 16,7 | 139 | |
| 2008 | | 305 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | | | | | 130 | | 2,9 | | 0,5 | | 9,8 | 57 | |
| 2010 | | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | | | | | 50 | | 0,8 | | 5 | | 4,8 | 67 | |
| 2008 | | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 19,8 | 82 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3 | | 1,2 | | 20,9 | 106 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **9,2** | | **13** | | **72** | **451** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | | 130 | | 8 | | 9,8 | | 2,7 | 131 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | | 2 | | 0,8 | | 13,3 | 69 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| 2008 | |  | ВАФЛИ | | | | | 26 | | 0,7 | | 0,9 | | 20,4 | 94 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,8** | | **11,5** | | **39,5** | **307** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **28,7** | | **37,2** | | **160,7** | **1103** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.