|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.