|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **6 февраля 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 | | 190 | КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ | | | | 200 | 6,5 | | 7,5 | | 26,5 | 200 | |
| 2011 | | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | 5 | | 5,1 | | 18,6 | 141 | |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 28 | 2 | | 2,6 | | 20,2 | 113 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | **13,6** | | **19,4** | | **65,4** | **492** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 103 | 0,5 | | 0,1 | | 10,4 | 44 | |
| **Итого** | | | | | | | | **0,5** | | **0,1** | | **10,4** | **44** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИИ | | | | 29 | 0,2 | |  | | 0,5 | 4 | |
| 2011 | | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | | | 200 | 2,8 | | 4,7 | | 17,2 | 127 | |
| 2010 | | 57 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ | | | | 130 | 5,1 | | 8,9 | | 14 | 157 | |
| 2011 | | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | 180 | 0,4 | | 0,2 | | 14,8 | 69 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | **8,5** | | **13,8** | | **46,5** | **357** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 243 | РЫБА В ОМЛЕТЕ | | | | 130 | 16,2 | | 9,3 | | 2,6 | 158 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | **16,3** | | **9,3** | | **5,7** | **171** | |
| **Всего** | | | | | | | | **38,9** | | **42,6** | | **128** | **1064** | |

.