|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 октября 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 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | | 130 | | 8 | | 9,8 | | 2,7 | 131 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3 | 12 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,3 | | 0,9 | | 15,2 | 79 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,5** | | **14,9** | | **21** | **260** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | | 58 | | 0,3 | | 0,1 | | 5,9 | 25 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **0,3** | | **0,1** | | **5,9** | **25** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | | | | | 200 | | 1,8 | | 4,5 | | 10,8 | 92 | |
| 2008 | | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | | | | | 80 | | 2,4 | | 4,2 | | 6,5 | 73 | |
| 2011 | | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | | | | | 110 | | 3,4 | | 5,9 | | 16,2 | 132 | |
| 2015г | |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | | 180 | |  | |  | | 9,7 | 39 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3,2 | | 1,3 | | 21,8 | 111 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **10,8** | | **15,9** | | **65** | **447** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 5,3 | | 7 | | 22,2 | 173 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 30 | | 2,4 | | 1 | | 15,7 | 81 | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | | 150 | | 4,3 | | 4,7 | | 6,9 | 87 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **12** | | **12,7** | | **44,8** | **341** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **33,6** | | **43,6** | | **136,7** | **1073** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.