|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 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** |
| 2011 | 173 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 7,7 | 8,7 | 23,3 | 204 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 5,1 | 5,2 | 18,9 | 144 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 28 | 2 | 2,6 | 20,2 | 113 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **14,9** | **20,7** | **62,5** | **499** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 108 | 0,5 | 0,1 | 10,9 | 47 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **10,9** | **47** |
| **Обед** |
| 2008 | 56 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 50 | 1 | 5 | 5,7 | 71 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И СОСМЕТАНОЙ | 200 | 7,9 | 7,8 | 25,5 | 211 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ С КРАСНЫМСОУСОМ | 80/50 | 8,2 | 8,6 | 5,2 | 131 |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СОСЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130 | 4,9 | 4,7 | 29,9 | 182 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 14,8 | 69 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,9 | 1,2 | 20 | 102 |
| **Итого** | **25,3** | **27,5** | **101,1** | **766** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 399 | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 120 | 8,5 | 9,1 | 50 | 314 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **8,6** | **9,1** | **53,1** | **327** |
| **Всего** | **49,3** | **57,4** | **227,6** | **1639** |

.