|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 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 | | 184 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 6,7 | | 8,3 | | 21,8 | 189 | |
| 2011 | | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | 5,1 | | 5,2 | | 16,9 | 135 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | 2,6 | | 1,1 | | 17,3 | 89 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | 0,1 | 38 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **14,5** | | **18,8** | | **56,1** | **451** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | ГРУША | | | | | 150 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | | | | | 24 | |  | |  | |  |  | |
| 2011 | | 87 | СУП РЫБНЫЙ | | | | | 200 | | 6,6 | | 6 | | 12,6 | 99 | |
| 2010 | | 82 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ С ГОВЯДИНОЙ | | | | | 130 | | 8,4 | | 11,1 | | 10,5 | 178 | |
| 2011 | | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | | 180 | | 0,4 | | 0,2 | | 14,8 | 69 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3,6 | | 1,4 | | 24,7 | 126 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **19** | | **18,7** | | **62,6** | **472** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | | | | | 120 | | 7,4 | | 7,2 | | 46,9 | 281 | |
| 2011 | | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | | | | | 180 | | 0,1 | |  | | 3,1 | 13 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **7,5** | | **7,2** | | **50** | **294** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **41** | | **44,7** | | **168,7** | **1217** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.