|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **19 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 ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ | | | | | 200 | | 6,5 | | 7,6 | | 23,5 | 189 | |
| 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** | | | | | | | | | | **9,3** | | **12,9** | | **43,9** | **329** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | ЯБЛОКО | | | | | 140 | |  | |  | |  |  | |
| **Итого** | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 92 | СУП КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ | | | | | 200 | | 3,5 | | 5,6 | | 22,5 | 156 | |
| 2011 | | 294 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ | | | | | 80 | | 2,4 | | 5,9 | | 11 | 107 | |
| 2008 | | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ | | | | | 110 | | 3,3 | | 5,7 | | 17,4 | 136 | |
| 2011 | | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | | 180 | | 0,4 | | 0,2 | | 14,8 | 69 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | 40 | | 3,2 | | 1,3 | | 22,1 | 113 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **12,8** | | **18,7** | | **87,8** | **581** | |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | | 130 | | 3,8 | | 4,6 | | 23,2 | 149 | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | | 170 | | 4,8 | | 5,2 | | 7,8 | 99 | |
| 2008 | |  | ВАФЛИ | | | | | 25 | | 0,7 | | 0,8 | | 19,3 | 89 | |
| **Итого** | | | | | | | | | | **9,3** | | **10,6** | | **50,3** | **337** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | **31,4** | | **42,2** | | **182** | **1247** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра | | | | |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.