|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1 ноября 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 ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,8 | 7,3 | 19,3 | 166 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2 | 0,8 | 13 | 67 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **8** | **12,3** | **35,5** | **284** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 57 | 0,3 | 0,1 | 5,8 | 25 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **5,8** | **25** |
| **Обед** |
| 2011 | 62 | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2,6 | 5,7 | 13,8 | 122 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 80 | 1,2 | 3,7 | 4,6 | 57 |
| 2010 | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СОСЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130 | 3,7 | 5 | 16,6 | 126 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 3 | 4,8 | 49 |
| 2008 | 411 |  НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 180 |  |  | 19,4 | 77 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 1 | 17,8 | 90 |
| **Итого** | **10,9** | **18,4** | **77** | **521** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | 120 | 7,4 | 7,2 | 46,9 | 281 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 4,7 | 6,9 | 87 |
| **Итого** | **11,7** | **11,9** | **53,8** | **368** |
| **Всего** | **30,9** | **42,7** | **172,1** | **1198** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.