|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 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 КУКУРУЗНАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 6,2 | 7,5 | 26,8 | 121 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,9 | 1,2 | 18,8 | 97 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **9,3** | **12,9** | **48,8** | **269** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 66 | 0,3 | 0,1 | 6,7 | 29 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **6,7** | **29** |
| **Обед** |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И СОСМЕТАНОЙ | 200 | 7,7 | 6,8 | 24,4 | 199 |
| 2011 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 130 | 4 | 0,9 | 16,9 | 93 |
| 2010 | 84 | СОУС КРАСНЫЙ | 50 | 0,8 | 5 | 4,8 | 67 |
| 2011 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 180 |  |  | 14,6 | 58 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,6 | 1,4 | 24,7 | 126 |
| **Итого** | **16,1** | **14,1** | **85,4** | **543** |
| **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** | **33,2** | **34,3** | **190,9** | **1135** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.