|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **26 января 2024 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 | 4,9 | 5,1 | 16,9 | 133 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,3 | 0,9 | 14,9 | 77 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **14** | **18,5** | **53,7** | **437** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | ЯБЛОКО | 180 |  |  |  |  |
| **Итого** |  |  |  |  |
| **Обед** |
| 2011 | 87 | СУП РЫБНЫЙ | 200 | 4,3 | 5,4 | 13,1 | 102 |
| 2010 | 29 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙГОВЯДИНОЙ | 130 | 3,7 | 10,3 | 19,3 | 184 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,4 | 0,2 | 14,8 | 69 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,1 | 1,3 | 21,5 | 110 |
| **Итого** | **11,5** | **17,2** | **68,7** | **465** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2010 | 108 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 120 | 7,6 | 9 | 46,9 | 298 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| **Итого** | **7,7** | **9** | **49,9** | **310** |
| **Всего** | **33,2** | **44,7** | **172,3** | **1212** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.