|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ | 200 | 6,5 | 9,1 | 26,5 | 215 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,2 | 4,4 | 15,8 | 121 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 28 | 2 | 2,6 | 20,2 | 113 |
| **Итого** | **12,7** | **16,1** | **62,5** | **449** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 57 | 0,3 | 0,1 | 5,8 | 25 |
| **Итого** | **0,3** | **0,1** | **5,8** | **25** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 25 |  |  |  |  |
| 2011 | 86 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3 | 5,8 | 18,5 | 143 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 130 | 6,7 | 10,3 | 16,6 | 186 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 |  |  | 10,2 | 41 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 |  |  |  |  |
| **Итого** | **9,7** | **16,1** | **45,3** | **370** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 245 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ | 80 | 1,6 | 5,9 | 4,9 | 79 |
| 2011 | 203 | РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫММАСЛОМ | 130 |  | 4 |  | 36 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **1,7** | **9,9** | **8** | **128** |
| **Всего** | **24,4** | **42,2** | **121,6** | **972** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.