|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | | 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. | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |

.