|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **7 декабря 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 130 | 8 | 9,8 | 2,7 | 131 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 5 | 5,1 | 16,9 | 134 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 1,1 | 17,2 | 89 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **15,7** | **20,2** | **36,9** | **392** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИИ | 20 |  |  |  |  |
| 2008 | 105 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ КУРЫ | 200 | 1,8 | 4,5 | 10,8 | 92 |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 2,9 | 4,3 | 11 | 94 |
| 2011 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 110 | 2,7 | 5,3 | 15,2 | 119 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,1 |  | 12,5 | 51 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,9 | 1,2 | 20,3 | 103 |
| **Итого** | **10,4** | **15,3** | **69,8** | **459** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 415 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,6 | 7,3 | 22,7 | 179 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,7 | 1,1 | 17,7 | 91 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3 | 12 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 25 | 0,7 | 0,8 | 19,3 | 89 |
| **Итого** | **9,1** | **9,2** | **62,7** | **371** |
| **Всего** | **35,2** | **44,7** | **169,4** | **1222** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медсестра |  |  |  |  | Чеснокова Г.П. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.