|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МОУ начальная школа - детский сад п. Красная Горка* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9 марта 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 ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ | 200 | 5,9 | 7 | 22,5 | 177 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3,9 | 4,1 | 16,8 | 120 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 28 | 2 | 2,6 | 20,2 | 113 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| **Итого** | **11,9** | **17,9** | **59,6** | **448** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 96 | 0,5 | 0,1 | 9,7 | 42 |
| **Итого** | **0,5** | **0,1** | **9,7** | **42** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 2,9 | 6,3 | 7,7 | 100 |
| 2011 | 294 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ | 80 | 7,6 | 10,4 | 3,9 | 139 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 130 | 3,6 | 5,6 | 16,8 | 133 |
| 2015г |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 9,7 | 39 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 |  |  |  |  |
| **Итого** | **14,1** | **22,3** | **38,1** | **411** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СОСЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 130 | 3,8 | 4,6 | 23,2 | 149 |
| 2011 | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 12 |  |  |  |  |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 3,1 | 13 |
| **Итого** | **3,9** | **4,6** | **26,3** | **162** |
| **Всего** | **30,4** | **44,9** | **133,7** | **1063** |

.