|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 СО СЛИВОЧНЫМ 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** | |

.