|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **5 сентября 2023 г.** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 10 часов** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-****ник****рецеп-****тур** | **№****техн.****карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** | **Вита-****мин****С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле-****воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 200 | 6,2 | 10 | 26,8 | 224 | 2 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 180/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 |  | Сыр порционный | 15 | 3,1 | 3,9 |  | 48 | 0 |
| **Итого** | **445** | **12,5** | **14,3** | **56,1** | **406** | **2** |
| **II Завтрак** |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,2 | 0,1 | 12,9 | 58 | 1,9 |
| **Итого** | **100** | **1,2** | **0,1** | **12,9** | **58** | **1,9** |
| **Обед** |
| 2012 | 57 | Борщ с капустой и картофелем накурином бульоне | 200 | 5,6 | 7,4 | 10,3 | 131 | 7,4 |
| 2012 | 206 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 150 | 3,8 | 4,5 | 24 | 151 | 0 |
| 2012 | 254 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ | 60 | 10,1 | 7,3 | 7,6 | 135 | 0,2 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 60 | 0 |
| **Итого** | **645** | **22** | **19,6** | **71,8** | **548** | **7,6** |
| **Полдник** |
| 2008 | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙКАПУСТЫ | 100 | 1,5 | 5,1 | 8,9 | 88 | 17,4 |
| 2008 |  | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52 | 0 |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| **Итого** | **270** | **7,3** | **9,4** | **26,2** | **219** | **18,2** |
| **Всего** | **43** | **43,4** | **167** | **1231** | **29,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.