|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **7 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 | | 184 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | | | | 200 | | 8,6 | | 7 | | | 33,6 | 233 | 0,5 |
| 2008 | | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180/10 | |  | |  | | | 13,6 | 54 | 0 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 40 | | 3,2 | | 0,4 | | | 19,6 | 95 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **430** | | **11,8** | | **7,4** | | | **66,8** | **382** | **0,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ЯБЛОКО | | | | 100 | | 0,4 | | 0,4 | | | 9,8 | 47 | 10 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,4** | | **0,4** | | | **9,8** | **47** | **10** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | | 200 | | 5,1 | | 3,6 | | | 14,9 | 113 | 4,8 |
| 2008 | | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | | | | 150 | | 3,7 | | 5,4 | | | 38,8 | 218 | 0 |
| 2012 | | 282 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ | | | | 80 | | 10,4 | | 19,6 | | | 11,8 | 265 | 0 |
| 2012 | | 376 | Компот из сухофруктов | | | | 150 | |  | |  | | | 11,6 | 47 | 0 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 35 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,3 | 73 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **615** | | **21,6** | | **28,9** | | | **92,4** | **716** | **4,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | | | | 100 | | 1,5 | | 10,1 | | | 7,5 | 129 | 11,6 |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 150 | | 0,8 | | 0,2 | | | 14,9 | 65 | 3 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 35 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,3 | 73 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **285** | | **4,7** | | **10,6** | | | **37,7** | **267** | **14,6** |
| **Всего** | | | | | | | | | **38,5** | | **47,3** | | | **206,7** | **1412** | **29,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.