|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.