|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **10 октября 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 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 4,4 | 4,5 | 26,3 | 164 | 0,5 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 2,2 | 15,2 | 92 | 0,5 |
| 2008 |  | БАТОН | 35 | 2,8 | 0,4 | 17,2 | 83 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **400** | **10** | **11,2** | **58,7** | **376** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | БАТОН | 35 | 2,6 | 1 | 18 | 92 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 100 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| **Итого** | **135** | **2,6** | **1** | **27,7** | **131** | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 111 | БУЛЬОН С КЛЕЦКАМИ | 180 | 14 | 14,4 | 12,4 | 234 | 0,6 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7,4 | 3,9 | 33,3 | 197 | 0 |
| 2012 | 286 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) | 80 | 8,6 | 20,9 | 9,7 | 261 | 0,7 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 12,1 | 48 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | **605** | **32,3** | **39,5** | **82,3** | **811** | **1,3** |
| **Полдник** |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,2 | 0,1 | 11,3 | 52 | 1,9 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,3 | 0,1 | 13,5 | 55 | 2,66 |
| **Итого** | **250** | **1,5** | **0,2** | **24,8** | **107** | **4,56** |
| **Всего** | **46,4** | **51,9** | **193,5** | **1425** | **6,86** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.