|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **11 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | 60 | | 0,7 | | 0,1 | | | 7,8 | 35 | 1,2 |
| 2008 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 150 | | 15,1 | | 19,5 | | | 2,7 | 246 | 0,2 |
| 2008 | | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | | | | 180/10/7 | |  | |  | | | 9,8 | 40 | 0,8 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 40 | | 3,2 | | 0,4 | | | 19,6 | 95 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **447** | | **19** | | **20** | | | **39,9** | **416** | **2,2** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 100 | |  | |  | | | 11,6 | 47 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | | **11,6** | **47** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | | 200 | | 9,9 | | 9,8 | | | 15,3 | 188 | 3,9 |
| 2012 | | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 120 | | 2,4 | | 4,1 | | | 17 | 115 | 8,3 |
| 2012 | | 277 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | | | | 60 | | 11,3 | | 6,4 | | | 2,5 | 116 | 0,4 |
| 2012 | | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | | 21 | 87 | 1,5 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 35 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,3 | 73 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **595** | | **26,1** | | **20,7** | | | **71,1** | **579** | **14,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 30 | | 2,3 | | 2,9 | | | 22,3 | 125 | 0 |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 180 | | 5 | | 4,4 | | | 8,3 | 94 | 0,9 |
| **Итого** | | | | | | | **210** | | **7,3** | | **7,3** | | | **30,6** | **219** | **0,9** |
| **Всего** | | | | | | | | | **52,4** | | **48** | | | **153,2** | **1261** | **17,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.