|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 марта 2024 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" | 180 | 5,7 | 6,3 | 26,8 | 187 | 0,7 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 180/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 35 | 2,9 | 0,4 | 18 | 87 | 0 |
| 2012 |  | Сыр порционный | 10 | 2 | 2,6 |  | 32 | 0 |
| **Итого** | **415** | **10,6** | **9,3** | **54,5** | **345** | **0,7** |
| **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 | 180 | 5,3 | 7,2 | 11,2 | 131 | 6,6 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 150 | 5,3 | 3,3 | 34,2 | 188 | 0 |
| 2012 | 254 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ | 70 | 12,7 | 10,8 | 10,2 | 189 | 0,3 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,4 | 0,3 | 15,5 | 75 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/10 | 0,2 | 0,1 | 14,8 | 59 | 0 |
| **Итого** | **625** | **25,9** | **21,7** | **85,9** | **642** | **6,9** |
| **Полдник** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,7 |  | 4,1 | 19 | 1,9 |
| 2008 |  | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52 | 0 |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5 | 4,4 | 8,3 | 94 | 0,9 |
| **Итого** | **250** | **7,2** | **5** | **22,7** | **165** | **2,8** |
| **Всего** | **44,9** | **36,1** | **176** | **1210** | **12,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.