|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 марта 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 РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 155 | 4,4 | 6,2 | 29,7 | 193 | 1 |
| 2012 | 397 | Какао с молоком | 200 | 4,2 | 3,4 | 17,1 | 117 | 0,6 |
| 2012 |  | Масло порционное | 5 |  | 4,7 |  | 43 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| **Итого** | **400** | **11,8** | **14,7** | **66,4** | **448** | **1,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 | 2 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **43** | **2** |
| **Обед** |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХОВОЩЕЙ | 60 | 0,7 | 5,8 | 4,3 | 73 | 3,4 |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 5,9 | 5,9 | 15,6 | 138 | 7,9 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 14,9 | 36,2 | 16,9 | 456 | 25,1 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 13,9 | 55 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,4 | 0,3 | 15,1 | 73 | 0 |
| **Итого** | **675** | **23,9** | **48,2** | **65,8** | **795** | **36,4** |
| **Полдник** |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СОСГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 80/20 | 17,5 | 13,7 | 26,9 | 303 | 0,3 |
| **Итого** | **290** | **17,5** | **13,7** | **36,6** | **342** | **0,3** |
| **Всего** | **53,7** | **76,7** | **178,9** | **1628** | **40,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.