|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **14 ноября 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 | | 4,2 | | 4,5 | | | 26,5 | 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** | | **9,8** | | **11,2** | | | **58,9** | **376** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | БАТОН | | | | 35 | | 2,6 | | 1 | | | 18 | 92 | 0 |
| 2008 | | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | | | | 100 | |  | |  | | | 8,5 | 34 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **135** | | **2,6** | | **1** | | | **26,5** | **126** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 111 | БУЛЬОН С КЛЕЦКАМИ | | | | 180 | | 13 | | 12,6 | | | 11,6 | 211 | 0,6 |
| 2008 | | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 130 | | 7,4 | | 4,9 | | | 33,3 | 207 | 0 |
| 2012 | | 286 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) | | | | 80 | | 8,6 | | 20,9 | | | 10,3 | 264 | 0,6 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 | |  | |  | | | 13,3 | 53 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 35 | | 2,3 | | 0,3 | | | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **605** | | **31,3** | | **38,7** | | | **83,3** | **806** | **1,2** |
| **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** | | | | | | | | | **45,2** | | **51,1** | | | **193,5** | **1415** | **6,76** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.