|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **16 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | | | | 160 | | 23,4 | | 16,7 | | | 33,7 | 385 | 0,3 |
| 2012 | | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3,1 | | 2,4 | | | 17,3 | 104 | 0,5 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 35 | | 2,9 | | 0,4 | | | 17,5 | 85 | 0 |
| 2012 | |  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 10 | | 2 | | 2,6 | | |  | 32 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **31,4** | | **22,1** | | | **68,5** | **606** | **0,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 100 | | 0,5 | | 0,1 | | | 9,9 | 43 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,5** | | **0,1** | | | **9,9** | **43** | **2** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 200 | | 5,5 | | 8,4 | | | 7,3 | 127 | 10 |
| 2008 | | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | | | 130 | | 3 | | 3,5 | | | 13,1 | 98 | 27,5 |
| 2012 | | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | | | | 70 | | 11,9 | | 5,2 | | | 6,8 | 123 | 0,1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 35 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,1 | 73 | 0 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | | 25,1 | 102 | 1,8 |
| **Итого** | | | | | | | **615** | | **22,9** | | **17,5** | | | **67,4** | **523** | **39,4** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | | | | 80 | | 0,6 | | 4,3 | | | 6 | 67 | 2,2 |
| 2008 | |  | БАТОН | | | | 20 | | 1,6 | | 0,2 | | | 9,8 | 48 | 0 |
| 2012 | | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 150/7/3 | |  | |  | | | 7,1 | 29 | 0,6 |
| **Итого** | | | | | | | **260** | | **2,2** | | **4,5** | | | **22,9** | **144** | **2,8** |
| **Всего** | | | | | | | | | **57** | | **44,2** | | | **168,7** | **1316** | **45** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.