|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **18 октября 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 сМОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 180 | 26 | 17,8 | 34,3 | 407 | 0,3 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 180/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 35 | 2,9 | 0,4 | 17,5 | 85 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,7 |  | 43 | 0 |
| **Итого** | **410** | **28,9** | **22,9** | **61,5** | **574** | **0,3** |
| **II Завтрак** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 0,9 | 4,3 | 4,9 | 61 | 2,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| **Итого** | **100** | **3,5** | **4,7** | **21,9** | **143** | **2,3** |
| **Обед** |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 5,9 | 5,9 | 15,6 | 138 | 7,9 |
| 2012 | 321 | Пюре картофельное | 130 | 2,7 | 4,3 | 18,7 | 125 | 9 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 70 | 8,4 | 20,7 | 2,3 | 229 | 0,4 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 13,9 | 55 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,4 | 0,3 | 15,1 | 73 | 0 |
| **Итого** | **615** | **19,4** | **31,2** | **65,6** | **620** | **17,3** |
| **Полдник** |
| 2012 | 449 | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 100/10 | 5,8 | 9,7 | 34 | 245 | 0 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 150/10 |  |  | 8,3 | 33 | 0 |
| **Итого** | **270** | **5,8** | **9,7** | **42,3** | **278** | **0** |
| **Всего** | **57,6** | **68,5** | **191,3** | **1615** | **19,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.