|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **19 февраля 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | 50 | | 0,6 | |  | | | 6 | 28 | 1 |
| 2008 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 150 | | 14,7 | | 20,1 | | | 2,7 | 250 | 0,2 |
| 2008 | | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | | | | 180/10/7 | |  | |  | | | 9,9 | 40 | 0,8 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 35 | | 2,9 | | 0,4 | | | 17,5 | 85 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **432** | | **18,2** | | **20,5** | | | **36,1** | **403** | **2** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 100 | |  | |  | | | 13,9 | 55 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | | **13,9** | **55** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | | 200 | | 9,7 | | 10 | | | 15 | 188 | 3,9 |
| 2012 | | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | | 2,7 | | 3,2 | | | 18,7 | 115 | 9 |
| 2012 | | 277 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | | | | 70 | | 13,1 | | 6,8 | | | 2,3 | 126 | 0,4 |
| 2012 | | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | | 21,4 | 89 | 1,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 35 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,1 | 73 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **615** | | **28** | | **20,4** | | | **72,5** | **591** | **14,7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 40 | | 3 | | 3,9 | | | 29,8 | 167 | 0 |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 180 | | 5 | | 4,4 | | | 8,3 | 94 | 0,9 |
| **Итого** | | | | | | | **220** | | **8** | | **8,3** | | | **38,1** | **261** | **0,9** |
| **Всего** | | | | | | | | | **54,2** | | **49,2** | | | **160,6** | **1310** | **17,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.