|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 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 | 184 | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 160 | 4,3 | 5,1 | 28,8 | 180 | 0,4 |
| 2012 | 397 | Какао с молоком | 200 | 4,1 | 3,4 | 16,9 | 115 | 0,6 |
| 2012 |  | Масло порционное | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 35 | 2,8 | 0,4 | 17,2 | 83 | 0 |
| **Итого** | **400** | **11,2** | **13** | **62,9** | **415** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 100 |  |  | 7,3 | 29 | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  | **7,3** | **29** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХОВОЩЕЙ | 60 | 0,7 | 6,3 | 4,3 | 78 | 3,6 |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 6,1 | 7 | 15,6 | 149 | 7,9 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 150 | 11,1 | 27,1 | 12,6 | 339 | 18,6 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 13,3 | 53 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | **625** | **20,2** | **40,7** | **60,6** | **690** | **30,1** |
| **Полдник** |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 |  |  | 10,9 | 44 | 0 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| **Итого** | **260** | **3,8** | **4,9** | **48,1** | **253** | **0** |
| **Всего** | **35,2** | **58,6** | **178,9** | **1387** | **31,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.