|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 марта 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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ СМАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 8,3 | 9,2 | 39,4 | 273 | 1,29 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 |  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 3,1 | 3,9 |  | 48 | 0 |
| 2012 | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 2,6 | 2,7 | 19,6 | 114 | 0,1 |
| **Итого** | **440** | **17,2** | **16,2** | **78,6** | **530** | **1,39** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| **Итого** | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **47** | **10** |
| **Обед** |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200 | 7,8 | 7,8 | 14,3 | 160 | 7,5 |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ СМЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ | 200 | 14,9 | 8,3 | 31,5 | 275 | 23,2 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 |  |  | 22,1 | 89 | 0,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | **615** | **25** | **16,4** | **82,7** | **595** | **31,2** |
| **Полдник** |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | 0,2 |  | 10 | 42 | 1,1 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| **Итого** | **247** | **4** | **4,9** | **47,2** | **251** | **1,1** |
| **Всего** | **46,6** | **37,9** | **218,3** | **1423** | **43,69** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.