|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 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 с МОЛОКОМ 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 курином бульоне | | | | 200 | | 5,9 | | 5,9 | | | 15,6 | 138 | 7,9 |
| 2012 | | 321 | Пюре картофельное | | | | 130 | | 2,7 | | 4,3 | | | 18,6 | 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** | | | **65,5** | **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** | | | **191,2** | **1615** | **19,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.