|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 января 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** |
| 2008 | 184 | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 160 | 4,4 | 5,3 | 29,6 | 185 | 0,4 |
| 2012 | 397 | Какао с молоком | 200 | 3,9 | 3,3 | 17,5 | 116 | 0,6 |
| 2012 |  | Масло порционное | 5 |  | 5 |  | 45 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 35 | 2,9 | 0,4 | 17,7 | 86 | 0 |
| **Итого** | **400** | **11,2** | **14** | **64,8** | **432** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 100 |  |  | 7,8 | 31 | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  | **7,8** | **31** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХОВОЩЕЙ | 60 | 0,7 | 6,1 | 4,3 | 76 | 3,5 |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 6 | 6,4 | 15,4 | 143 | 7,9 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 150 | 11,2 | 27,8 | 12,4 | 345 | 19 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 13,6 | 54 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,4 | 0,3 | 15,3 | 73 | 0 |
| **Итого** | **625** | **20,3** | **40,6** | **61** | **691** | **30,4** |
| **Полдник** |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 |  |  | 11,6 | 47 | 0 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| **Итого** | **260** | **3,8** | **4,9** | **48,8** | **256** | **0** |
| **Всего** | **35,3** | **59,5** | **182,4** | **1410** | **31,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.