|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 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** |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА сМОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 155 | 23,9 | 18,1 | 40,7 | 427 | 0,4 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 200/10 |  |  | 10,9 | 44 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **410** | **27,1** | **22,6** | **71,2** | **603** | **0,4** |
| **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 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 0,9 | 3,7 | 4,9 | 56 | 2,3 |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 6,1 | 7 | 15,6 | 149 | 7,9 |
| 2012 | 321 | Пюре картофельное | 120 | 2,5 | 3,8 | 17 | 113 | 8,3 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 80 | 9,6 | 23 | 3 | 258 | 0,5 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | **675** | **21,4** | **37,8** | **69,9** | **705** | **19** |
| **Полдник** |
| 2012 | 449 | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 125/15 | 7 | 12,5 | 42,4 | 310 | 0,1 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 180/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| **Итого** | **330** | **7** | **12,5** | **52,1** | **349** | **0,1** |
| **Всего** | **55,9** | **73,3** | **203** | **1704** | **29,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.