|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 | | 190 | КАША "ДРУЖБА" | | | | 180 | | 5,3 | | 6,2 | | | 22,7 | 169 | 0,7 |
| 2008 | | 430 | Чай с сахаром | | | | 180/10 | |  | |  | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 35 | | 2,8 | | 0,4 | | | 17,2 | 83 | 0 |
| 2012 | |  | Сыр порционный | | | | 10 | | 2 | | 2,6 | | |  | 32 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **415** | | **10,1** | | **9,2** | | | **49,6** | **323** | **0,7** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | 100 | | 1,3 | | 0,1 | | | 12,9 | 59 | 1,9 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **1,3** | | **0,1** | | | **12,9** | **59** | **1,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 57 | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | | | | 180 | | 5 | | 7 | | | 9,1 | 120 | 6,5 |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 150 | | 5,5 | | 3,3 | | | 35,3 | 194 | 0 |
| 2012 | | 254 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ | | | | 70 | | 11,8 | | 8,9 | | | 10,1 | 165 | 0,3 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 35 | | 2,3 | | 0,3 | | | 14,8 | 71 | 0 |
| 2008 | | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180/10 | | 0,2 | | 0,1 | | | 14,8 | 59 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **625** | | **24,8** | | **19,6** | | | **84,1** | **609** | **6,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | | 50 | | 0,8 | | 3,3 | | | 5,3 | 55 | 8,8 |
| 2008 | |  | БАТОН | | | | 20 | | 1,5 | | 0,6 | | | 10,3 | 52 | 0 |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 180 | | 5 | | 4,4 | | | 8,3 | 94 | 0,9 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **7,3** | | **8,3** | | | **23,9** | **201** | **9,7** |
| **Всего** | | | | | | | | | **43,5** | | **37,2** | | | **170,5** | **1192** | **19,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.