|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 8,8 | 9,2 | 34,7 | 257 | 1,29 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/10 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 |  | Масло порционное | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **435** | **12** | **13,7** | **68,9** | **447** | **1,29** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 100 | 0,9 | 10,1 | 2,8 | 106 | 11,3 |
| **Итого** | **100** | **0,9** | **10,1** | **2,8** | **106** | **11,3** |
| **Обед** |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СМАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 6,4 | 6,9 | 15,9 | 151 | 5,5 |
| 2012 | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 120 | 5,4 | 7,7 | 35 | 232 | 0 |
| 2012 | 282 | Котлета куриная рубленная | 80 | 13,8 | 9,6 | 10,2 | 186 | 0 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | **615** | **27,9** | **24,5** | **90,5** | **698** | **5,5** |
| **Полдник** |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 100 | 1,5 | 10,1 | 7,4 | 129 | 11,3 |
| 2012 | 399 | СОК НАТУРАЛЬНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83 | 1,6 |
| 2008 |  | БАТОН | 20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 48 | 0 |
| **Итого** | **320** | **4,1** | **10,5** | **36,8** | **260** | **12,9** |
| **Всего** | **44,9** | **58,8** | **199** | **1511** | **30,99** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.