|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 октября 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 РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 160 | 4,4 | 4,4 | 29,2 | 176 | 0,4 |
| 2012 | 397 | Какао с молоком | 200 | 4,2 | 3,4 | 17,1 | 117 | 0,6 |
| 2012 |  | Масло порционное | 5 |  | 4,7 |  | 43 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 35 | 2,9 | 0,4 | 17,5 | 85 | 0 |
| **Итого** | **400** | **11,5** | **12,9** | **63,8** | **421** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 100 |  |  | 6,9 | 28 | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  | **6,9** | **28** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХОВОЩЕЙ | 60 | 0,7 | 5,8 | 4,2 | 73 | 3,5 |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 5,9 | 5,9 | 15,6 | 138 | 7,9 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 150 | 11,1 | 26,7 | 12,7 | 337 | 18,6 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 13,9 | 55 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,4 | 0,3 | 15,1 | 73 | 0 |
| **Итого** | **625** | **20,1** | **38,7** | **61,5** | **676** | **30** |
| **Полдник** |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 |  |  | 11,1 | 44 | 0 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| **Итого** | **260** | **3,8** | **4,9** | **48,3** | **253** | **0** |
| **Всего** | **35,4** | **56,5** | **180,5** | **1378** | **31** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.