|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **31 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** |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА сМОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 180 | 26 | 18,4 | 33,8 | 409 | 0,3 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 180/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 35 | 2,8 | 0,4 | 17,2 | 83 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **410** | **28,8** | **22,9** | **60,7** | **568** | **0,3** |
| **II Завтрак** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 0,9 | 3,3 | 4,9 | 53 | 2,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| **Итого** | **100** | **3,5** | **3,7** | **21,9** | **135** | **2,3** |
| **Обед** |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 5,9 | 6,1 | 15,5 | 140 | 7,9 |
| 2012 | 321 | Пюре картофельное | 130 | 2,7 | 3,5 | 18,7 | 118 | 9 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 70 | 8,3 | 19,6 | 2,5 | 220 | 0,4 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 12,9 | 52 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | **615** | **19,2** | **29,5** | **64,4** | **601** | **17,3** |
| **Полдник** |
| 2012 | 449 | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 100/10 | 6 | 11,1 | 34,2 | 259 | 0 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 150/10 |  |  | 8,1 | 33 | 0 |
| **Итого** | **270** | **6** | **11,1** | **42,3** | **292** | **0** |
| **Всего** | **57,5** | **67,2** | **189,3** | **1596** | **19,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.