|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1 ноября 2022 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" | | | | 200 | | 6,2 | | 10 | | | 26,8 | 224 | 2 |
| 2008 | | 430 | Чай с сахаром | | | | 180/10 | |  | |  | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 40 | | 3,2 | | 0,4 | | | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 | |  | Сыр порционный | | | | 15 | | 3,2 | | 4,1 | | |  | 50 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **445** | | **12,6** | | **14,5** | | | **56,1** | **408** | **2** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | 100 | | 1,2 | | 0,1 | | | 11,9 | 55 | 1,9 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **1,2** | | **0,1** | | | **11,9** | **55** | **1,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | | 80 | | 1,1 | | 4,4 | | | 7,2 | 73 | 11,3 |
| 2012 | | 57 | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | | | | 200 | | 5,6 | | 8,4 | | | 9,9 | 137 | 7,2 |
| 2012 | | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | | | | 200 | | 35,2 | | 26,1 | | | 15,4 | 439 | 0,9 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 35 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,1 | 73 | 0 |
| 2008 | | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 185/15 | | 0,2 | | 0,1 | | | 15,1 | 60 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **715** | | **44,5** | | **39,3** | | | **62,7** | **782** | **19,4** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | Йогурт | | | | 100 | | 2 | | 1,5 | | | 3 | 48 | 0,7 |
| 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** | | | | | | | **300** | | **8,5** | | **6,5** | | | **21,6** | **194** | **1,6** |
| **Всего** | | | | | | | | | **66,8** | | **60,4** | | | **152,3** | **1439** | **24,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.