|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1 февраля 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** |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА сМОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 155 | 24,5 | 17,3 | 39,4 | 418 | 0,4 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 200/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 5,5 | 0,1 | 50 | 0 |
| **Итого** | **410** | **27,7** | **23,2** | **68,8** | **602** | **0,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| **Итого** | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **47** | **10** |
| **Обед** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 0,9 | 3,3 | 4,9 | 53 | 2,3 |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 6,2 | 7,9 | 15,6 | 158 | 8 |
| 2012 | 321 | Пюре картофельное | 120 | 2,4 | 3,4 | 16,9 | 109 | 8,3 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 80 | 9,7 | 23,6 | 3,6 | 267 | 0,4 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 12,9 | 52 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,4 | 0,3 | 15,5 | 75 | 0 |
| **Итого** | **675** | **21,6** | **38,5** | **69,4** | **714** | **19** |
| **Полдник** |
| 2012 | 449 | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 125/15 | 8,1 | 15,4 | 44,1 | 347 | 0,1 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 180/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| **Итого** | **330** | **8,1** | **15,4** | **53,8** | **386** | **0,1** |
| **Всего** | **57,8** | **77,5** | **201,8** | **1749** | **29,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.