|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 декабря 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 | | 184 | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | | | | 155 | | 4,4 | | 6,2 | | | 29,7 | 193 | 1 |
| 2012 | | 397 | Какао с молоком | | | | 200 | | 3,8 | | 3,2 | | | 17,1 | 114 | 0,6 |
| 2012 | |  | Масло порционное | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 40 | | 3,2 | | 0,4 | | | 19,6 | 95 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **400** | | **11,4** | | **13,9** | | | **66,4** | **439** | **1,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 100 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,1 | 43 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,1** | **43** | **2** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | | | | 60 | | 0,7 | | 6,8 | | | 4,3 | 82 | 3,6 |
| 2012 | | 77 | Суп картофельный на курином бульоне | | | | 200 | | 5,9 | | 6,1 | | | 15,5 | 140 | 7,9 |
| 2008 | | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | | | | 200 | | 14,8 | | 36 | | | 16,6 | 452 | 24,8 |
| 2012 | | 376 | Компот из сухофруктов | | | | 180 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 35 | | 2,3 | | 0,3 | | | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **675** | | **23,7** | | **49,2** | | | **65,8** | **803** | **36,3** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180/10 | |  | |  | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | | | | 80/20 | | 17,7 | | 12,9 | | | 26,5 | 295 | 0,3 |
| **Итого** | | | | | | | **290** | | **17,7** | | **12,9** | | | **36,2** | **334** | **0,3** |
| **Всего** | | | | | | | | | **53,3** | | **76,1** | | | **178,5** | **1619** | **40,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.