|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 января 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 | 155 | 4,4 | 6,2 | 29,7 | 193 | 1 |
| 2012 | 397 | Какао с молоком | 200 | 4,1 | 3,4 | 16,9 | 115 | 0,6 |
| 2012 |  | Масло порционное | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| **Итого** | **400** | **11,7** | **14,1** | **66,2** | **440** | **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 РАЗНЫХОВОЩЕЙ | 60 | 0,7 | 6,3 | 4,4 | 78 | 3,6 |
| 2012 | 77 | Суп картофельный на куриномбульоне | 200 | 6,1 | 7 | 15,6 | 149 | 7,9 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 14,8 | 36 | 16,7 | 452 | 25 |
| 2012 | 376 | Компот из сухофруктов | 180 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| **Итого** | **675** | **23,9** | **49,6** | **66,1** | **808** | **36,5** |
| **Полдник** |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/10 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СОСГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 80/20 | 17,3 | 13 | 27,2 | 299 | 0,3 |
| **Итого** | **290** | **17,3** | **13** | **36,9** | **338** | **0,3** |
| **Всего** | **53,4** | **76,8** | **179,3** | **1629** | **40,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.