|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 130 | | 12,2 | | 15,9 | | | 2,2 | 200 | 0,2 |
| 2008 | |  | МОРКОВЬ ТЕРТАЯ | | | | 60 | | 0,6 | | 2,5 | | | 5,8 | 49 | 2,4 |
| 2012 | | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,8 | | 5 | | | 18,7 | 144 | 1 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 40 | | 3,2 | | 0,4 | | | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 | |  | Масло порционное | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **435** | | **21,8** | | **27,9** | | | **46,3** | **525** | **3,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ЯБЛОКО | | | | 100 | | 0,4 | | 0,4 | | | 9,7 | 47 | 9,9 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,4** | | **0,4** | | | **9,7** | **47** | **9,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ и СМЕТАНОЙ | | | | 200 | | 5,9 | | 10,3 | | | 7,9 | 151 | 10,3 |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | | 2,7 | | 4,7 | | | 17,7 | 123 | 4,35 |
| 2008 | | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | | | | 60/30 | | 15,1 | | 10,9 | | | 6,7 | 184 | 14,69 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 35 | | 2,3 | | 0,3 | | | 14,8 | 71 | 0 |
| 2008 | | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 200 | | 0,2 | | 0,2 | | | 27,9 | 115 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **655** | | **26,2** | | **26,4** | | | **75** | **644** | **31,34** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 204 | КОТЛЕТЫ МАННЫЕ | | | | 120 | | 3,9 | | 5,4 | | | 31,3 | 186 | 0 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | | 0,1 | | 0,1 | | | 27,9 | 113 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **320** | | **4** | | **5,5** | | | **59,2** | **299** | **2** |
| **Всего** | | | | | | | | | **52,4** | | **60,2** | | | **190,2** | **1515** | **46,84** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.