|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **8 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 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5 | 8,1 | 27,9 | 205 | 1,29 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 2,2 | 15,6 | 94 | 0,5 |
| 2008 |  | БАТОН | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,6 |  | 42 | 0 |
| **Итого** | **425** | **11** | **15,3** | **63,1** | **436** | **1,79** |
| **II Завтрак** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5 | 4,4 | 8,3 | 94 | 0,9 |
| 2008 |  | БАТОН | 35 | 2,7 | 1 | 18,3 | 93 | 0 |
| **Итого** | **215** | **7,7** | **5,4** | **26,6** | **187** | **0,9** |
| **Обед** |
| 2012 | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200 | 5,5 | 3,1 | 14,7 | 109 | 7,5 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 120 | 6,8 | 5,5 | 30,9 | 201 | 0 |
| 2012 | 286 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) | 80 | 8,7 | 20,3 | 10,6 | 261 | 0,6 |
| 2012 | 399 | СОК НАТУРАЛЬНЫЙ | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75 | 1,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,4 | 0,3 | 15,1 | 73 | 0 |
| **Итого** | **615** | **24,3** | **29,4** | **89** | **719** | **9,5** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ЙОГУРТ | 100 | 5 | 3,2 | 8,5 | 87 | 0,6 |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 150 | 1,8 | 0,1 | 17,2 | 79 | 2,9 |
| **Итого** | **250** | **6,8** | **3,3** | **25,7** | **166** | **3,5** |
| **Всего** | **49,8** | **53,4** | **204,4** | **1508** | **15,69** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.