**МЕНЮ на 24 октября 2022 г**

**Неделя – вторая, день –6-ой** 

Заместитель директора по УВР Моргачева Н.А.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи, наименования блюда** | **Масса порции** | **№ технологической карты** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергет. ценность** |
| **Белки г.** | **Жиры г.** | **Углеводы г.** | **С мг.** |
| **завтрак** | | |  |  |  |  |  |
| Каша пшенная молочная | 200 | 168 | 7,3 | 8,2 | 34,6 | 0,5 | 241,3 |
| Батон с маслом | 25/5 | 1 | 1,9 | 4,8 | 12,9 | 0 | 102,9 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 395 | 1,35 | 1,17 | 20,16 | 0,9 | 96,3 |
| Итого за прием пищи: |  |  | **10,55** | **14,17** | **67,66** | **1,4** | **440,5** |
| **Второй завтрак** | | |  |  |  |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 399 | 0,1 | 0,1 | 9,92 | 2,03 | 43,06 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за прием пищи: |  |  | **0,1** | **0,1** | **9,92** | **2,03** | **43,06** |
| **обед** | | |  |  |  |  |  |
| Рассольник на курином бульоне | 180 | 76 | 7,1 | 8,4 | 11,8 | 4,9 | 151,6 |
| Суфле из мяса птицы с рисом | 100 | 311 | 16,86 | 7,6 | 4,54 | 27,19 | 152,25 |
| Пюре свекольное | 100 | 325 | 1,4 | 3,7 | 7,9 | 3,6 | 70,4 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 376 | 0 | 0 | 9,7 | 0 | 38,7 |
| Хлеб пшен./хлеб ржаной | 40/40 |  | 3,4/2,5 | 0,3/0,4 | 22,6/16,5 | 0 | 106,5/79,2 |
| Итого за прием пищи: |  |  | **31,26** | **20,4** | **73,04** | **35,65** | **597,65** |
| **Уплотненный полдник** | | |  |  |  |  |  |
| Картофель отварной | **130** | 318 | 2,3 | 4,1 | 19,1 | 9,7 | 123,1 |
| Кабачковая икра | 50 |  | 1,1 | 5,3 | 4,6 | 4,2 | 71,4 |
| Чай с сахаром | 200 | 392 | 0 | 0 | 9,7 | 0 | 38,7 |
| Яйцо вареное ½ шт. | 20 | 213 | 2,55 | 2,3 | 0,15 | 0 | 31,5 |
| хлеб | 10 |  | 0,75 | 0,05 | 5,0 | 0 | 23,7 |
| Итого за прием пищи: |  |  | **6,7** | **11,75** | **38,55** | **13,9** | **288,4** |
| **Стоимость: 124,85 руб.** | **Всего за день:** | | **48,61** | **46,24** | **189,17** | **52,98** | **1369,61** |