|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **6 октября 2023 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Ясли** | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 | | 11,1 | | 19,7 | | | 2,4 | 231 | 0,2 |
| 2008 | |  | МОРКОВЬ ТЕРТАЯ | | | | 30 | | 0,3 | | 10 | | | 11,7 | 138 | 1,2 |
| 2012 | | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 7,1 | | 5,7 | | | 18,7 | 156 | 0,9 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 25 | | 2,4 | | 0,3 | | | 14,7 | 71 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **365** | | **20,9** | | **35,7** | | | **47,5** | **596** | **2,3** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ЯБЛОКО | | | | 100 | | 0,4 | | 0,4 | | | 9,5 | 46 | 9,7 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,4** | | **0,4** | | | **9,5** | **46** | **9,7** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ и СМЕТАНОЙ | | | | 150 | | 4,4 | | 13,8 | | | 7,3 | 176 | 9,4 |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 110 | | 2,6 | | 9 | | | 16,5 | 156 | 7,9 |
| 2008 | | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | | | | 50/30 | | 15,6 | | 12,3 | | | 3,8 | 206 | 12,8 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 25 | | 2 | | 0,3 | | | 12,7 | 61 | 0 |
| 2008 | | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | | 21,9 | 89 | 1 |
| **Итого** | | | | | | | **515** | | **24,7** | | **35,5** | | | **62,2** | **688** | **31,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 204 | КОТЛЕТЫ МАННЫЕ | | | | 80 | | 2,8 | | 10 | | | 28,2 | 213 | 0 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 120 | | 0,1 | | 0,1 | | | 16,7 | 68 | 1,2 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **2,9** | | **10,1** | | | **44,9** | **281** | **1,2** |
| **Всего** | | | | | | | | | **48,9** | | **81,7** | | | **164,1** | **1611** | **44,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.