|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1 декабря 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** |
| 2012 | 206 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ | 140 | 8,2 | 13 | 21 | 232 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/10 | 0,2 | 0,1 | 14,7 | 59 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 25 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 | 0 |
| **Итого** | **360** | **10,9** | **21,7** | **50,5** | **437** | **0** |
| **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 | 74 | РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМБУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ) | 150 | 4,8 | 13,9 | 14,1 | 205 | 3,5 |
| 2008 | 134 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ ВСОУСЕ | 110 | 2,5 | 11,1 | 18,3 | 183 | 8,3 |
| 2008 | 229 | РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ | 50 | 9,8 | 0,6 | 1,3 | 49 | 0,6 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 |  |  | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| **Итого** | **485** | **19,1** | **25,9** | **56,1** | **537** | **12,4** |
| **Полдник** |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 80 | 1 | 0,1 | 15 | 66 | 1,6 |
| 2012 | 399 | СОК НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,8 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 48 | 0 |
| **Итого** | **200** | **3,1** | **0,4** | **34,6** | **156** | **2,4** |
| **Всего** | **33,5** | **48,4** | **150,7** | **1176** | **24,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.