|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **24 марта 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 | 130 | 8,1 | 8,9 | 20,9 | 196 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 25 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/15 | 0,2 | 0,1 | 14,7 | 59 | 0 |
| **Итого** | **355** | **10,3** | **13,4** | **47,9** | **352** | **0** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,9 | 48 | 10,1 |
| **Итого** | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,9** | **48** | **10,1** |
| **Обед** |
| 2012 | 74 | РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМБУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ) | 150 | 5 | 8,2 | 10,2 | 136 | 6,2 |
| 2008 | 134 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ ВСОУСЕ | 90 | 2,1 | 6 | 14,6 | 120 | 6,8 |
| 2008 | 229 | РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ | 60 | 11,7 | 0,7 | 0,6 | 56 | 0,5 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,5 | 0,1 | 23,8 | 98 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51 | 0 |
| **Итого** | **475** | **21** | **15,2** | **59,8** | **461** | **13,5** |
| **Полдник** |
| 2012 | 45 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 30 | 0,4 | 4,9 | 2,9 | 57 | 1,4 |
| 2012 | 399 | СОК НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 63 | 1,2 |
| 2008 |  | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 48 | 0 |
| **Итого** | **200** | **2,8** | **5,3** | **27,4** | **168** | **2,6** |
| **Всего** | **34,5** | **34,3** | **145** | **1029** | **26,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.