|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 января 2024 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 | | 190 | КАША "ДРУЖБА" | | | | 150 | | 5 | | 11,2 | | | 28,8 | 235 | 0,6 |
| 2008 | | 430 | Чай с сахаром | | | | 170/10 | |  | |  | | | 9,2 | 37 | 0 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 25 | | 2,4 | | 0,3 | | | 14,7 | 71 | 0 |
| 2012 | |  | Сыр порционный | | | | 10 | | 2,2 | | 2,9 | | |  | 35 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **365** | | **9,6** | | **14,4** | | | **52,7** | **378** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | 100 | | 1,3 | | 0,1 | | | 16,2 | 72 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **1,3** | | **0,1** | | | **16,2** | **72** | **2** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 57 | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | | | | 150 | | 4,1 | | 12,3 | | | 17,4 | 198 | 7,2 |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 110 | | 4,4 | | 8,6 | | | 27,5 | 204 | 0 |
| 2012 | | 254 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ | | | | 50 | | 18 | | 21,8 | | | 14,3 | 322 | 0,3 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 25 | | 2 | | 0,3 | | | 12,7 | 61 | 0 |
| 2008 | | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 150/10 | | 0,2 | | 0,1 | | | 12,4 | 50 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **495** | | **28,7** | | **43,1** | | | **84,3** | **835** | **7,5** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | | 30 | | 0,5 | | 10 | | | 11,4 | 138 | 6,7 |
| 2008 | |  | БАТОН | | | | 20 | | 1,5 | | 0,6 | | | 10,3 | 52 | 0 |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,3 | | 3,7 | | | 7 | 79 | 0,8 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **6,3** | | **14,3** | | | **28,7** | **269** | **7,5** |
| **Всего** | | | | | | | | | **45,9** | | **71,9** | | | **181,9** | **1554** | **17,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.