|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 декабря 2022 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 | | 4,7 | | 7,5 | | | 20,1 | 168 | 1,5 |
| 2008 | | 430 | Чай с сахаром | | | | 170/10 | |  | |  | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 25 | | 2 | | 0,3 | | | 12,3 | 60 | 0 |
| 2012 | |  | Сыр порционный | | | | 10 | | 2 | | 2,6 | | |  | 32 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **365** | | **8,7** | | **10,4** | | | **42,1** | **299** | **1,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | 100 | | 1,2 | | 0,1 | | | 11,3 | 52 | 1,9 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **1,2** | | **0,1** | | | **11,3** | **52** | **1,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | | 60 | | 0,9 | | 5 | | | 7,2 | 78 | 8,6 |
| 2012 | | 57 | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | | | | 150 | | 4,4 | | 8,1 | | | 11 | 135 | 5,4 |
| 2012 | | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | | | | 170 | | 30,4 | | 22,6 | | | 14,1 | 382 | 0,7 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 25 | | 1,7 | | 0,2 | | | 10,6 | 51 | 0 |
| 2008 | | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 160/15 | | 0,2 | | 0,1 | | | 13,2 | 53 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **580** | | **37,6** | | **36** | | | **56,1** | **699** | **14,7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | Йогурт | | | | 100 | | 2 | | 1,5 | | | 3 | 49 | 0,7 |
| 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** | | | | | | | **270** | | **7,8** | | **5,8** | | | **20,3** | **180** | **1,5** |
| **Всего** | | | | | | | | | **55,3** | | **52,3** | | | **129,8** | **1230** | **19,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.