|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **18 ноября 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 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 100 | | 10,6 | | 14,5 | | | 1,8 | 179 | 0,1 |
| 2008 | |  | МОРКОВЬ ТЕРТАЯ | | | | 40 | | 0,4 | | 5 | | | 7,2 | 76 | 1,6 |
| 2012 | | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 6 | | 5 | | | 18,2 | 142 | 0,9 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 25 | | 2 | | 0,3 | | | 12,3 | 60 | 0 |
| 2012 | |  | Масло порционное | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **350** | | **19** | | **28,9** | | | **39,5** | **494** | **2,6** |
| **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 | | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ и СМЕТАНОЙ | | | | 150 | | 4,7 | | 9 | | | 6,4 | 126 | 8,6 |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 120 | | 2,5 | | 4,3 | | | 16,3 | 113 | 4 |
| 2008 | | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | | | | 40/30 | | 11,8 | | 8,5 | | | 5,2 | 144 | 11,46 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 25 | | 1,7 | | 0,2 | | | 10,6 | 51 | 0 |
| 2008 | | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 150 | | 0,2 | | 0,2 | | | 20,9 | 86 | 1,5 |
| **Итого** | | | | | | | **515** | | **20,9** | | **22,2** | | | **59,4** | **520** | **25,56** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 204 | КОТЛЕТЫ МАННЫЕ | | | | 90 | | 2,9 | | 5,3 | | | 24,5 | 154 | 0 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | | 20,9 | 85 | 1,5 |
| **Итого** | | | | | | | **240** | | **3** | | **5,4** | | | **45,4** | **239** | **1,5** |
| **Всего** | | | | | | | | | **43,3** | | **56,9** | | | **154,2** | **1301** | **39,76** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.