|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **19 января 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 184 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | | | | 150 | | 6,6 | | 6,9 | | | 26 | 193 | 0,97 |
| 2008 | | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 170/10 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 25 | | 2 | | 0,3 | | | 12,3 | 60 | 0 |
| 2012 | |  | Масло порционное | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **360** | | **8,6** | | **11,3** | | | **52,9** | **348** | **0,97** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | | | | 100 | | 0,9 | | 10,1 | | | 2,8 | 106 | 11,4 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,9** | | **10,1** | | | **2,8** | **106** | **11,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | | 150 | | 4,9 | | 8,4 | | | 11,4 | 140 | 4,1 |
| 2012 | | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 90 | | 4,3 | | 8,5 | | | 27,4 | 204 | 0 |
| 2012 | | 282 | Котлета куриная рубленная | | | | 60 | | 9,4 | | 12,5 | | | 7,2 | 179 | 0,3 |
| 2012 | | 376 | Компот из сухофруктов | | | | 150 | |  | |  | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 25 | | 1,7 | | 0,2 | | | 10,6 | 51 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **475** | | **20,3** | | **29,6** | | | **66,3** | **613** | **4,4** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | | | | 60 | | 1 | | 5,1 | | | 4,6 | 69 | 7,3 |
| 2012 | | 399 | СОК НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 150 | | 0,8 | | 0,2 | | | 14,7 | 63 | 1,2 |
| 2008 | |  | БАТОН | | | | 20 | | 1,6 | | 0,2 | | | 9,8 | 48 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **230** | | **3,4** | | **5,5** | | | **29,1** | **180** | **8,5** |
| **Всего** | | | | | | | | | **33,2** | | **56,5** | | | **151,1** | **1247** | **25,27** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.