|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 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 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,8 | 6,1 | 21 | 154 | 0,97 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 170 | 3,5 | 2,2 | 19,1 | 111 | 0,5 |
| 2008 |  | БАТОН | 25 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 | 0 |
| **Итого** | **350** | **9,8** | **16,9** | **54,9** | **411** | **1,47** |
| **II Завтрак** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| 2008 |  | БАТОН | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 | 0 |
| **Итого** | **175** | **6,6** | **4,6** | **22,4** | **158** | **0,8** |
| **Обед** |
| 2012 | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150 | 9,7 | 14,7 | 14,1 | 227 | 7,6 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 90 | 5,1 | 4,1 | 23,2 | 150 | 0 |
| 2012 | 286 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) | 60 | 8,1 | 30,4 | 12,6 | 353 | 0,3 |
| 2012 | 399 | СОК НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 63 | 1,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| **Итого** | **475** | **25,7** | **49,7** | **77,3** | **854** | **9,1** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ЙОГУРТ | 100 | 5 | 3,2 | 8,5 | 87 | 0,6 |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,2 | 0,1 | 16,1 | 71 | 1,9 |
| **Итого** | **200** | **6,2** | **3,3** | **24,6** | **158** | **2,5** |
| **Всего** | **48,3** | **74,5** | **179,2** | **1581** | **13,87** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.