|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 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** |
| 2012 | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 40 | 0,4 | 5 | 3 | 59 | 1,1 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 10,8 | 14,6 | 2 | 182 | 0,2 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 160/10/7 |  |  | 9,8 | 40 | 0,5 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 25 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 | 0 |
| **Итого** | **357** | **13,2** | **24** | **27,1** | **378** | **1,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43 | 2 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,1** | **9,9** | **43** | **2** |
| **Обед** |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 150 | 6,8 | 9,1 | 10,5 | 150 | 3,1 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 90 | 1,9 | 4,7 | 12,9 | 102 | 6,3 |
| 2008 | 229 | РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ | 60 | 13,4 | 4,3 |  | 91 | 0 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,5 | 72 | 1,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51 | 0 |
| **Итого** | **475** | **23,9** | **18,4** | **51,5** | **466** | **10,6** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125 | 0 |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| **Итого** | **180** | **6,6** | **6,6** | **29,3** | **204** | **0,8** |
| **Всего** | **44,2** | **49,1** | **117,8** | **1091** | **15,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.