|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | | | | 40 | | 0,4 | | 5 | | | 3,2 | 60 | 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** | | | **27,3** | **379** | **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 | | | 10,2 | 148 | 3 |
| 2012 | | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 90 | | 2 | | 4,7 | | | 13 | 103 | 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** | | **24** | | **18,4** | | | **51,3** | **465** | **10,5** |
| **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** | | | | | | | | | **44,3** | | **49,1** | | | **117,8** | **1091** | **15,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.