|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 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** |
| 2012 | 206 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ | 130 | 8,2 | 13 | 21,2 | 233 | 0 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 25 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71 | 0 |
| 2012 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/15 | 0,2 | 0,1 | 14,7 | 59 | 0 |
| **Итого** | **355** | **10,9** | **21,7** | **50,7** | **438** | **0** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 | 9,7 |
| **Итого** | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,5** | **46** | **9,7** |
| **Обед** |
| 2012 | 74 | РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМБУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ) | 150 | 5,3 | 12,3 | 14,9 | 195 | 9,2 |
| 2008 | 134 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ ВСОУСЕ | 90 | 2,1 | 10,8 | 15,8 | 169 | 7,2 |
| 2008 | 229 | РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ | 60 | 12,5 | 0,7 | 1,3 | 62 | 0,7 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,5 | 0,1 | 23,8 | 98 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| **Итого** | **475** | **22,4** | **24,2** | **68,5** | **585** | **17,1** |
| **Полдник** |
| 2012 | 45 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 30 | 0,5 | 9,7 | 3,3 | 103 | 1,6 |
| 2012 | 399 | СОК НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 63 | 1,2 |
| 2008 |  | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 48 | 0 |
| **Итого** | **200** | **2,9** | **10,1** | **27,8** | **214** | **2,8** |
| **Всего** | **36,6** | **56,4** | **156,5** | **1283** | **29,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.