|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | | | | 140 | | 4 | | 5,6 | | | 26,8 | 174 | 0,9 |
| 2012 | |  | Масло порционное | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | Батон нарезной | | | | 40 | | 3,2 | | 0,4 | | | 19,6 | 95 | 0 |
| 2012 | | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 170 | | 4,1 | | 3,3 | | | 15,1 | 108 | 0,6 |
| **Итого** | | | | | | | **355** | | **11,3** | | **13,4** | | | **61,5** | **414** | **1,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 100 | | 0,9 | | 0,5 | | | 20 | 91 | 12,1 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,9** | | **0,5** | | | **20** | **91** | **12,1** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | | | | 40 | | 0,5 | | 5 | | | 3 | 60 | 2,5 |
| 2012 | | 77 | Суп картофельный на курином бульоне | | | | 150 | | 4,8 | | 8,4 | | | 11,6 | 140 | 6 |
| 2008 | | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | | | | 170 | | 12,5 | | 31,8 | | | 15,1 | 399 | 22 |
| 2012 | | 376 | Компот из сухофруктов | | | | 150 | |  | |  | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | |  | Хлеб ржаной | | | | 25 | | 1,7 | | 0,2 | | | 10,6 | 51 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **535** | | **19,5** | | **45,4** | | | **50** | **689** | **30,5** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 140/10 | |  | |  | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | | | | 60/20 | | 16 | | 14,2 | | | 21,8 | 281 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **230** | | **16** | | **14,2** | | | **31,5** | **320** | **0,2** |
| **Всего** | | | | | | | | | **47,7** | | **73,5** | | | **163** | **1514** | **44,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.