|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 10,6 | 14,5 | 1,8 | 179 | 0,1 |
| 2008 |  | МОРКОВЬ ТЕРТАЯ | 40 | 0,4 | 5 | 7,2 | 76 | 1,6 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 6 | 5 | 18,2 | 142 | 0,9 |
| 2008 |  | Батон нарезной | 25 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 | 0 |
| 2012 |  | Масло порционное | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **350** | **19** | **28,9** | **39,5** | **494** | **2,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,9 | 48 | 10,1 |
| **Итого** | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,9** | **48** | **10,1** |
| **Обед** |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СКАРТОФЕЛЕМ и СМЕТАНОЙ | 150 | 4,7 | 9 | 6,4 | 126 | 8,6 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,5 | 4,3 | 16,3 | 113 | 4 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 40/30 | 11,8 | 8,5 | 5,2 | 144 | 11,46 |
| 2008 |  | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51 | 0 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,2 | 0,2 | 20,9 | 86 | 1,5 |
| **Итого** | **515** | **20,9** | **22,2** | **59,4** | **520** | **25,56** |
| **Полдник** |
| 2008 | 204 | КОТЛЕТЫ МАННЫЕ | 90 | 2,9 | 5,3 | 24,5 | 154 | 0 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 150 | 0,1 | 0,1 | 20,9 | 85 | 1,5 |
| **Итого** | **240** | **3** | **5,4** | **45,4** | **239** | **1,5** |
| **Всего** | **43,3** | **56,9** | **154,2** | **1301** | **39,76** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар |  |  |  | Липатова М.В. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.