

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

# МЕНЮ

9 января 2025 г.

## завтрак

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ					
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	100	9,3	12,5	1,8	151
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		11	44
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	62	4,4	1,7	28,8	145
2008		ЯБЛОКО	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>				0,5	0,5	12,1	58
<b>Всего</b>				<b>14,4</b>	<b>23</b>	<b>53,8</b>	<b>473</b>
				14,4	23	53,8	473

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	1,5	2,2	11,7	72
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	153	3,3	5,6	18,5	134
2017	275	КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПОХЛЫНОВСКИ	80	12,4	16	2,6	194
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,1	0,5	7,5	38
<b>Итого</b>				<b>22,5</b>	<b>24,9</b>	<b>80,8</b>	<b>628</b>
<b>Всего</b>				<b>22,5</b>	<b>24,9</b>	<b>80,8</b>	<b>628</b>