



Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

21 января 2025 г.

завтрак

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 7,2 | 9,4 | 25,5 | 209 |
| 2010 | 93 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ | 200 | | | 27,1 | 107 |
| | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 43 | 3 | 1,1 | 20 | 101 |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 60 | 2,5 | 0,9 | 37,3 | 164 |
| 2008 | | ЙОГУРТ | 115 | 5,8 | 3,7 | 9,8 | 100 |
| Итого | | | | 18,5 | 15,1 | 119,7 | 681 |
| Всего | | | | 18,5 | 15,1 | 119,7 | 681 |

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | |
| 1994 | 110 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2,6 | 4,4 | 6,9 | 81 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,2 | 4,6 | 32,1 | 186 |
| 1994 | 416 | КОТЛЕТЫ | 80 | 12,6 | 13 | 11,5 | 205 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 25,2 | 103 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 52 | 3,5 | 0,5 | 22,1 | 106 |
| Итого | | | | 24,1 | 22,7 | 97,8 | 681 |
| Всего | | | | 24,1 | 22,7 | 97,8 | 681 |