



Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

15 января 2025 г.

1-3 года

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,7	8,1	23,6	186
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,3	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
Итого				9,4	9,5	56,3	341
II Завтрак							
2008		БАНАН	161	2,4	0,8	33,8	155
Итого				2,4	0,8	33,8	155
Обед							
2008	77	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	178	1,5	1	8,7	51
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	120	2,7	3,5	26,7	146
		БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	30/30	0,4	3,8	2,3	43
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				7,9	8,7	68	378
Полдник							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
2008		ЙОГУРТ	95	4,8	3	8,1	83
Итого				7	3,8	31,2	190
Всего				26,7	22,8	189,3	1064

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.