

Утверждаю



директор
МОУ Першинская ОШ
Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

20 ноября 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	187/20	4,2	5,7	32,9	195
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,2	36
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				8,8	9,4	56,1	337
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
Итого				0,4	0,4	8,6	41
Обед							
2008	77	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	201	1,7	2	10,2	66
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,3	4,4	33,3	182
		БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	31/30	0,5	3,8	2,5	44
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				8,8	10,6	76,3	430
Полдник							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого				3,8	4,9	37,2	209
Всего				21,8	25,3	187,3	1053

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.