

МЕНЮ

21 января 2025 г.

1-3 года



директор
МОУ Першинская ОШ
/ Смирнова Е. Ю./

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	157	5,4	7,5	24,7	183
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,3	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				11,4	11,8	57,4	373
II Завтрак							
2008		МАНДАРИН	100	0,6	0,1	5,6	28
Итого				0,6	0,1	5,6	28
Обед							
1994	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,3	3,5	11,8	92
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,6	4,8	28,3	178
1994	401	ГУЛЯШ	30/30	8,7	9	2,3	119
2010	93	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	179			22,7	90
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				21,9	17,7	86,3	581
Полдник							
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2,4	0,9	30	135
Итого				2,4	0,9	30	135
Всего				36,3	30,5	179,3	1117

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.