

Утверждаю



директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

# МЕНЮ

22 января 2025 г.

1-3 года

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	115/30	3,2	5,9	29,9	181
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,3	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
<b>Итого</b>				<b>7,8</b>	<b>9,6</b>	<b>53,2</b>	<b>324</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		МАНДАРИН	80	0,5	0,1	4,4	23
<b>Итого</b>				<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>4,4</b>	<b>23</b>
<b>Обед</b>							
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ	180	2,2	2,4	8,2	66
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	120	2,7	3,5	26,7	146
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	0,8	3,1	4,6	48
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			16,4	65
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
<b>Итого</b>				<b>9</b>	<b>9,4</b>	<b>77,1</b>	<b>427</b>
<b>Полдник</b>							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,8	5,5	42,4	236
<b>Итого</b>				<b>5,8</b>	<b>5,5</b>	<b>51,5</b>	<b>272</b>
<b>Всего</b>				<b>23,1</b>	<b>24,6</b>	<b>186,2</b>	<b>1046</b>

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.