

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./



МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,2	4,6	32,1	186
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,2	3,8	0,2	49
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,2	36
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	1,1	18,7	94
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				14,7	12,4	60,2	400
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
Итого				0,4	0,4	8,6	41
Обед							
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	244	6,4	7,5	15,1	153
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,2	5,5	18,4	133
2008	272	КОТЛЕТЫ	68	9,5	10,4	10,8	168
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				22,4	23,8	74,6	592
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	46,3	245
Всего				41,3	41,5	189,7	1278

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.