

# МЕНЮ

12 мая 2025 г.

## завтрак



Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 31                  | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200   | 5,8               | 8,6     | 19,6             | 173                                      |
| 2010                          | 98                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                  | 200   | 3,7               | 3       | 19,2             | 116                                      |
|                               |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 62    | 4,4               | 1,7     | 28,8             | 145                                      |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                    | 12    | 2,7               | 3,4     |                  | 42                                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                            | 186   | 0,7               | 0,7     | 18,3             | 88                                       |
| Итого                         |                     |                                                   |       | 17,3              | 17,4    | 85,9             | 564                                      |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 17,3              | 17,4    | 85,9             | 564                                      |

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                          | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                             |       |                   |         |                  |                                          |
| 1994                          | 129                 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ ТУШЁНОЙ СО СМЕТАНОЙ | 200   | 4                 | 5,4     | 13,2             | 120                                      |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ<br>МАСЛОМ                    | 149   | 3,2               | 5,5     | 18,2             | 132                                      |
| 2010                          |                     | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                        | 50    | 0,1               |         | 0,5              | 2                                        |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                     | 200   |                   |         | 11               | 44                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                 | 35    | 2,3               | 0,3     | 14,7             | 71                                       |
|                               |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 15    | 1,1               | 0,4     | 7,2              | 36                                       |
| Итого                         |                     |                                                             |       | 10,7              | 11,6    | 64,8             | 405                                      |
| Всего                         |                     |                                                             |       | 10,7              | 11,6    | 64,8             | 405                                      |