

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

# МЕНЮ

29 сентября 2025 г.

Начальная школа

| 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     | 19,8             | 174                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                           | 200   | 0,1               |         | 10,7             | 43                                       |
|                               |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 67    | 4,8               | 1,8     | 31,2             | 157                                      |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                           | 54    | 4,1               | 5,3     | 40,3             | 226                                      |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                            | 150   | 0,5               | 0,5     | 12,9             | 62                                       |
| Итого                         |                     |                                                   |       | 15,3              | 16,2    | 114,9            | 662                                      |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 15,3              | 16,2    | 114,9            | 662                                      |

## школа

| 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   | 3,6               | 5       | 13,4             | 116                                      |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ<br>МАСЛОМ                    | 150   | 3,3               | 5,6     | 18,4             | 133                                      |
| 2010                          |                     | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                        | 70    | 0,2               |         | 1                | 5                                        |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                     | 200   |                   |         | 11               | 44                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                 | 60    | 4                 | 0,5     | 25,4             | 122                                      |
| Итого                         |                     |                                                             |       | 11,1              | 11,1    | 69,2             | 420                                      |
| Всего                         |                     |                                                             |       | 11,1              | 11,1    | 69,2             | 420                                      |