



ДИРОВА  
Першинская ОШ  
Смирнова Е. Ю./

# МЕНЮ

19 марта 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	126/30	5,3	7,8	30	205
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		0,2	1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
<b>Итого</b>				<b>9,9</b>	<b>11,5</b>	<b>44,2</b>	<b>312</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ГРУША	100	0,4	0,3	9,3	42
<b>Итого</b>				<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>9,3</b>	<b>42</b>
<b>Обед</b>							
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,2	2,4	8,8	69
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	120	2,7	3,5	26,7	146
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	57	1,5	3,1	7,4	61
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
<b>Итого</b>				<b>9,7</b>	<b>9,4</b>	<b>73,2</b>	<b>414</b>
<b>Полдник</b>							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	4,2	3,8	0,2	49
<b>Итого</b>				<b>4,2</b>	<b>3,8</b>	<b>9,3</b>	<b>85</b>
<b>Всего</b>				<b>24,2</b>	<b>25</b>	<b>136</b>	<b>853</b>

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.