

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

23 января 2025 г.

1-3 года



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,7	8,1	23,6	186
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,3	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				11,7	12,4	56,3	376
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
Итого				0,4	0,4	8,6	41
Обед							
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	1,4	1,2	10,5	57
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	120	2,6	4,4	14,8	106
2017	275	КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПОХЛЫНОВСКИ	60	8,9	11,1	2,7	139
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				16,2	17,1	58,3	440
Полдник							
2008		ЙОГУРТ	150	4,2	3,8	6,8	85
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
Итого				6,4	4,6	20,8	156
Всего				34,7	34,5	144	1013

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.