

Утверждаю



директор
МОУ Першинская ОШ
/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

1 марта 2024 г.

завтрак

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-----------------------------|-------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 152 | 5,2 | 5,1 | 32,1 | 191 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТЫ | 66 | 9,8 | 9,7 | 14 | 176 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 11 | 44 |
| | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 19 | 1,3 | 0,5 | 8,6 | 44 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,8 | 3,5 | 10,3 | 88 |
| Итого | | | | 20,2 | 18,8 | 76 | 543 |
| Всего | | | | 20,2 | 18,8 | 76 | 543 |

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,7 | 4,5 | 13,5 | 109 |
| 1994 | 463 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,2 | 6,1 | 35,5 | 223 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 30/50 | 10 | 11,7 | 4,8 | 157 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,1 | 25,6 | 103 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 44 | 2,9 | 0,4 | 18,8 | 91 |
| Итого | | | | 25 | 22,8 | 98,2 | 683 |
| Всего | | | | 25 | 22,8 | 98,2 | 683 |