

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./



МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

завтрак

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6	4,8	26,9	170	
2010	93	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	200			26,7	106	
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	27	1,9	0,8	12,6	64	
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	61	2,5	0,9	37,8	166	
2008		ЙОГУРТ	200	10	6,4	17	174	
Итого							174	
Всего					20,4	12,9	121	680
					20,4	12,9	121	680

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед								
2008	77	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	202	4	5,3	12,1	111	
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	146	3,6	1,7	20,6	110	
1994	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	2,1	6,1	12	108	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200			11,1	45	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,5	0,5	22,7	109	
Итого							109	
Всего					13,2	13,6	78,5	483
					13,2	13,6	78,5	483