

Утверждаю

директор
МОУ Першинская ОШ
_____/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

11 октября 2024 г.

завтрак

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-----------------------------|-------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,2 | 4,6 | 32,1 | 186 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТЫ | 71 | 9,5 | 10,6 | 12,1 | 175 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,1 | | 11 | 44 |
| | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 59 | 4,2 | 1,6 | 27,4 | 138 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 115 | 0,5 | 0,5 | 11,3 | 54 |
| Итого | | | | 19,5 | 17,3 | 93,9 | 597 |
| Всего | | | | 19,5 | 17,3 | 93,9 | 597 |

| Сборник рецептов | № 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 ТУШЁНОЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,9 | 5 | 15,4 | 124 |
| 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 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 222 | 1,1 | 0,2 | 22,4 | 102 |
| Итого | | | | 23,2 | 23 | 78,1 | 606 |
| Всего | | | | 23,2 | 23 | 78,1 | 606 |