



Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

# МЕНЮ

14 ноября 2024 г.

## завтрак

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,3	12,3	1,8	148
		ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	44	0,9	0,1	1,7	10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200			10,9	43
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008		БАНАН	220	3,3	1,1	46,2	211
<b>Итого</b>							
<b>Всего</b>					<b>17,1</b>	<b>14,9</b>	<b>84</b>
				<b>17,1</b>	<b>14,9</b>	<b>84</b>	<b>530</b>

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	1,6	2,2	12,2	74
1994	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3,5	4,8	13,6	111
2017	275	КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПО-ХЛЫНОВСКИ	78	13,1	15,9	6	210
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,1	32
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	68	4,5	0,6	28,9	139
<b>Итого</b>							
<b>Всего</b>					<b>22,8</b>	<b>23,5</b>	<b>68,8</b>
				<b>22,8</b>	<b>23,5</b>	<b>68,8</b>	<b>566</b>