

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

15 октября 2024 г.

завтрак

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,2	5,2	26	175
2010	93	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	200			26,6	105
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,8	0,7	12,1	61
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	61	3,2	1,2	35,6	164
2008		ЯБЛОКО	187	0,7	0,7	18,3	88
Итого				12,9	7,8	118,6	593
Всего				12,9	7,8	118,6	593

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
1994	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,5	4,3	7,1	80
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	151	5,2	4,7	32,1	187
1994	416	КОТЛЕТЫ	82	11,5	13	13,1	208
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,1		0,5	3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200			11	44
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122
Итого				23,3	22,5	89,2	644
Всего				23,3	22,5	89,2	644