

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./



# МЕНЮ

17 октября 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	33	0,7		1,3	8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200			10,9	43
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008		БАНАН	167	2,5	0,8	35,2	161
<b>Итого</b>				<b>16,1</b>	<b>14,5</b>	<b>72,6</b>	<b>478</b>
<b>Всего</b>				<b>16,1</b>	<b>14,5</b>	<b>72,6</b>	<b>478</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
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,6	5,7	20,6	145
2017	275	КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПО-ХЛЫНОВСКИ	80	13,3	16	6,2	213
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	25,2	103
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	4,3	0,6	27,6	133
<b>Итого</b>				<b>23</b>	<b>24,7</b>	<b>91,8</b>	<b>668</b>
<b>Всего</b>				<b>23</b>	<b>24,7</b>	<b>91,8</b>	<b>668</b>