



Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ
Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

30 сентября 2024 г.

завтрак

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2010 | 31 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 6,3 | 8,6 | 23,2 | 189 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| 2008 | 3 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,4 | 0,6 | 9,4 | 47 |
| 2008 | | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 61 | 6,2 | 4,4 | 26,4 | 170 |
| | | ЯБЛОКО | | | | | |
| Итого | | | 88 | 0,4 | 0,4 | 8,6 | 41 |
| Всего | | | | 14,4 | 14 | 77,5 | 487 |
| | | | | 14,4 | 14 | 77,5 | 487 |

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | |
| 1994 | 129 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,3 | 4,6 | 13,3 | 111 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 150 | 3,6 | 5,6 | 20,6 | 144 |
| 2010 | | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 70 | 0,1 | | 0,5 | 2 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | | | 10,9 | 43 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | | |
| Итого | | | 57 | 3,8 | 0,5 | 24,2 | 117 |
| Всего | | | | 10,8 | 10,7 | 69,5 | 417 |
| | | | | 10,8 | 10,7 | 69,5 | 417 |