



Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

# МЕНЮ

6 сентября 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,2	3,8	0,2	49
2008		ЙОГУРТ	100	5	3,2	8,5	87
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,3	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
<b>Итого</b>				<b>15,2</b>	<b>11,3</b>	<b>41,4</b>	<b>326</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
<b>Итого</b>				<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>8,6</b>	<b>41</b>
<b>Обед</b>							
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,8	5,3	14,8	123
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,3	5,6	18,4	133
1994	423	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	73	9,1	9,5	11,3	161
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,3	37
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122
<b>Итого</b>				<b>20,3</b>	<b>20,9</b>	<b>79,2</b>	<b>576</b>
<b>Полдник</b>							
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	60	2,5	0,9	37,3	164
<b>Итого</b>				<b>2,5</b>	<b>0,9</b>	<b>37,3</b>	<b>164</b>
<b>Всего</b>				<b>38,4</b>	<b>33,5</b>	<b>166,5</b>	<b>1107</b>

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.