



Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

9 октября 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	119	2,6	5	14	110
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,2	40
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				7,2	8,7	38,2	256
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
Итого				0,4	0,4	8,6	41
Обед							
2008	77	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ СО СМЕТАНОЙ	200	2	3,4	10,4	83
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,3	4,4	33,3	182
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	68	1,8	4,2	10	82
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого				9,7	12,4	79,8	465
Полдник							
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2,4	0,9	30	135
Итого				2,4	0,9	30	135
Всего				19,7	22,4	156,6	897

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.