

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./



МЕНЮ

11 марта 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	7,2	9,1	25,3	205
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,6	38
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого				10,9	18,8	58,4	436
II Завтрак							
2008		БАНАН	120	1,3	0,4	17,6	81
Итого				1,3	0,4	17,6	81
Обед							
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЁНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,6	5,2	13,6	117
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,1	5,5	17,2	127
1994	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	72	2	4,2	11,7	91
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				12	15,3	72,8	473
Полдник							
2008		ЙОГУРТ	188	5,3	4,7	8,5	106
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
Итого				7,5	5,5	22,5	177
Всего				31,7	40	171,3	1167