

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./



МЕНЮ

12 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 | 14 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 6 | 8,6 | 19,1 | 172 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | 9,6 | 38 |
| | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,6 | 1,4 | 23,4 | 118 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,3 | 2,9 | | 35 |
| Итого | | | | 11,9 | 12,9 | 52,1 | 363 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | МАНДАРИН | 80 | 0,5 | 0,1 | 4,4 | 23 |
| Итого | | | | 0,5 | 0,1 | 4,4 | 23 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,6 | 5,2 | 13 | 114 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,2 | 4,6 | 32,1 | 186 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТЫ | 70 | 9,4 | 9,6 | 11,6 | 165 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | 9,1 | 36 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 |
| Итого | | | | 21,5 | 19,8 | 87 | 603 |
| 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 | | | | 36,3 | 33,7 | 173,5 | 1124 |