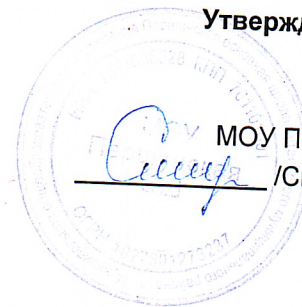


Утверждаю



директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

12 ноября 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,8	8,6	18,6	169
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,2	40
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				11,8	12,9	52,2	362
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
Итого				0,4	0,4	8,6	41
Обед							
1994	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ОВЯДИНОЙ ТУШЁНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,8	5,1	13,5	118
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,2	2,2	35,5	189
1994	401	ГУЛЯШ	30/30	8,7	9	2,3	119
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого				23,3	16,7	77,4	544
Полдник							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,2	32
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,8	5,4	39,5	227
Итого				6,8	5,4	39,5	259
Всего				42,3	35,4	185,9	1206

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.