

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

# МЕНЮ

13 ноября 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>							
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,7	6,8	30,5	196
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,3	37
2008	14	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)		2,3	2,9		35
<b>Итого</b>			10	9,3	10,5	53,8	339
<b>II Завтрак</b>							
2008		ЯБЛОКО		0,4	0,4	8,6	41
<b>Итого</b>			100	0,4	0,4	8,6	41
<b>Обед</b>							
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,5	3,6	10,2	85
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,3	4,4	33,3	182
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	1,8	4,2	10	82
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>			40	10,2	12,6	79,6	467
<b>Полдник</b>							
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2,4	0,9	30	135
<b>Итого</b>				2,4	0,9	30	135
<b>Всего</b>				22,3	24,4	172	982

Лапина Е.Н. Виноградова Е.А.