

Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./



МЕНЮ

16 сентября 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	38	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,5	9,1	32,7	237
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2		9	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				13,6	13,4	65,1	427
II Завтрак							
2008		БАНАН	140	1,5	0,5	20,6	94
Итого				1,5	0,5	20,6	94
Обед							
1994	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,7	3,4	7,2	69
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,3	5,6	18,4	133
1994	300	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	61	0,1		0,6	3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				8,4	9,4	56,5	343
Полдник							
2008		ЙОГУРТ	157	4,4	3,9	7,1	89
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
Итого				6,6	4,7	21,1	160
Всего				30,1	28	163,3	1024

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.