



директор
МОУ Першинская ОШ
/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

18 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							
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	152/20	4,8	9	30,8	217
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,3	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
Итого				7,1	9,8	54,1	325
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	105	0,4	0,4	9,1	43
Итого				0,4	0,4	9,1	43
Обед							
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	3,6	10,1	85
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,3	4,4	33,3	182
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	2	4,2	11,2	88
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				11,2	12,6	84,9	493
Полдник							
2008		ЙОГУРТ	235	6,6	5,9	10,6	133
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
Итого				8,8	6,7	24,6	204
Всего				27,5	29,5	172,7	1065

Лапина Е.Н.Виноградова Е.А.