



Верещаю

директор

Першинская ОШ

Смирнова Е. Ю.

# МЕНЮ

19 июня 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,3	12,3	1,8	148
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,3	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
Итого				13	13,7	34,5	303
<b>Обед</b>							
2008	77	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,2	3,5	11,7	90
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				10,8	12,5	86,5	498
<b>Полдник</b>							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,2	3,8	0,2	49
Итого				4,2	3,8	9,3	85
Всего				28	30	130,3	886

Лапина Е.Н. Виноградова Е.А.