

Утверждаю

директо

МОУ Першинская ОЛ

/Смирнова Е. Ю

# МЕНЮ

20 марта 2024 г.

3-7 лет



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                           | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-----------------------------------------|
|                               |                     |                                              |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                         |
| Завтрак                       |                     |                                              |       |                   |         |                  |                                         |
| 2010                          | 46                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО<br>СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ | 184   | 7,1               | 10      | 28,2             | 225                                     |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                               | 180   | 0,1               |         | 0,2              |                                         |
| Итого                         |                     |                                              |       | 7,2               | 10      | 28,4             | 226                                     |
| II Завтрак                    |                     |                                              |       |                   |         |                  |                                         |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                       | 100   | 0,4               | 0,4     | 8,6              | 41                                      |
| Итого                         |                     |                                              |       | 0,4               | 0,4     | 8,6              | 41                                      |
| Обед                          |                     |                                              |       |                   |         |                  |                                         |
| 2008                          | 95                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО<br>СМЕТАНОЙ       | 180   | 1,5               | 2,4     | 7,5              | 61                                      |
| 2008                          | 325                 | РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ<br>МАСЛОМ          | 137   | 2,8               | 8,2     | 26,8             | 186                                     |
| 2011                          | ТТК                 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ                        | 34/30 | 1,5               | 5,3     | 7,7              | 86                                      |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 180   |                   |         | 9,1              | 36                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 50    | 3,3               | 0,4     | 21,2             | 102                                     |
| Итого                         |                     |                                              |       | 9,1               | 16,3    | 72,3             | 471                                     |
| Всего                         |                     |                                              |       | 16,7              | 26,7    | 109,3            | 738                                     |