

Утверждаю



директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

22 октября 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6	8,6	19,1	172
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,8	39
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				12	12,9	52,3	364
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41
Итого				0,4	0,4	8,6	41
Обед							
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЁНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,5	3,9	14,5	104
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,2	4,6	32,1	186
2008	272	КОТЛЕТЫ	69	9,2	10,5	10,6	168
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				21,2	19,4	87,5	596
Полдник							
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				37,8	36,5	157,7	1086

Лапина Е.Н. Виноградова Е.А.