



Утверждаю

директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

23 октября 2024 г.

3-7 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------|---------------|-------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 227 | СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 122/30 | 4,5 | 5,5 | 31,4 | 188 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | | | | |
| Итого | | | 180 | 4,5 | 5,5 | 31,4 | 188 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 8,6 | 41 |
| Итого | | | | 0,4 | 0,4 | 8,6 | 41 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 77 | СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ | 200 | 1,7 | 2 | 10,1 | 65 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 153 | 3,3 | 5,2 | 33,3 | 189 |
| | | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ | 30/30 | 0,6 | 4,6 | 2,6 | 55 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | 9,1 | 36 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 |
| Итого | | | | 8,2 | 12,2 | 72,1 | 427 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | | | | |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 50 | 2,4 | 0,9 | 30 | 135 |
| Итого | | | | 2,4 | 0,9 | 30 | 135 |
| Всего | | | | 15,5 | 19 | 142,1 | 791 |

Лапина Е.Н. Виноградова Е.А.