

Утверждаю



директор

МОУ Першинская ОШ

/Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

24 мая 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	32	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	7,2	9,1	27,6	214
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		7,7	31
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		35
Итого				13,3	13,4	58,7	398
II Завтрак							
2008		БАНАН	200	2,1	0,7	29,4	134
Итого				2,1	0,7	29,4	134
Обед							
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	217	4	5,5	12,6	117
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	3,3	5,6	19,1	136
1994	300	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	69			0,5	2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				10,6	11,5	62,5	393
Полдник							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,2	3,8	0,2	49
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
Итого				6,4	4,6	23,3	156
Всего				32,4	30,2	173,9	1081