



директор
Першинская ОШ
Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

25 января 2023 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	6	8,7	28,4	210
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,4	29
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого				8,4	17,8	49,9	385
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	112	0,4	0,4	11	53
Итого				0,4	0,4	11	53
Обед							
2008	77	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	210/10	2	2,5	10,6	72
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,3	4,4	33,3	182
		БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	40/30	0,6	6	2,8	67
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	24,8	102
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого				9,4	13,4	88,5	505
Полдник							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,1	36
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,8	14	71
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,2	3,8	0,2	49
Итого				6,4	4,6	23,3	156
Всего				24,6	36,2	172,7	1099