

Утверждаю

Директор
МОУ Леснополянская НШ им. К.Д. Ушинского ЯМР
_____/Лозинская Г.В./

МЕНЮ
9 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,36	0,91	16,14	82,28	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,15	5,70	8,69	99,39	0,58
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,00	0,00	10,61	42,44	0,00
Итого			436	5,61	14,91	35,54	299,11	0,58
II Завтрак								
2008		ФРУКТЫ	142	0,57	0,57	13,93	66,81	14,22
Итого			142	0,57	0,57	13,93	66,81	14,22
Обед								
2008		*ОВОЩИ СВЕЖИЕ	21	0,16	0,02	0,52	2,91	0,86
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	3,29	10,20	11,41	150,99	7,00
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	75	10,79	3,57	4,44	92,92	0,48
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,03	4,00	20,61	130,97	10,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,89	47,53	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,93	0,39	18,74	90,17	0,00
Итого			715	20,20	18,18	67,61	515,49	18,37
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	167	4,69	4,04	7,76	87,35	0,87
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,64	6,75	32,89	210,70	0,07
Итого			217	9,33	10,79	40,65	298,05	0,94
Ужин								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,21	4,08	0,00	50,40	0,10
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,23	3,62	33,45	187,41	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,00	0,00	10,61	42,44	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,36	0,91	16,14	82,28	0,00
Итого			382	10,80	8,61	60,20	362,53	0,10
Всего				46,51	53,06	217,93	1 541,99	34,21