

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	60	2,76	6,57	30,44	190,17	2,79
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,85	6,51	31,68	213,61	0,59
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,88	3,18	20,99	129,31	0,59
Итого			435	13,49	16,26	83,11	533,09	3,97
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250	4,21	6,28	19,27	150,78	9,65
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	65/30	17,11	8,65	2,77	177,99	12,89
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,81	0,05	23,40	97,99	0,26
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			715	28,38	19,93	100,10	714,34	22,80
Полдник								
2008	435	КЕФИР	172	5,00	4,31	6,89	91,34	1,21
Итого			172	5,00	4,31	6,89	91,34	1,21
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145/30	10,41	21,18	6,49	259,29	16,70
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,00	0,00	12,32	49,26	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,02	18,04	91,94	0,00
Итого			407	13,04	22,20	36,85	400,49	16,70
Всего				59,91	62,70	226,95	1 739,26	44,68