

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,16	4,02	0,00	49,63	0,10
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,83	1,09	19,40	98,89	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,40	7,71	25,84	198,95	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,24	2,66	16,26	102,67	0,57
Итого			432	15,63	15,48	61,50	450,14	1,24
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,36	6,28	10,41	124,28	12,35
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70/30	11,86	7,29	1,92	120,91	0,42
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(ВЕРМИШЕЛЬ)	140	0,02	3,38	0,03	30,59	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,24	0,11	18,40	76,55	40,78
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,43	0,32	15,54	74,79	0,00
Итого			727	20,91	17,38	46,30	427,12	53,55
Полдник								
		СНЕЖОК	164	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			164	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ужин								
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	135/35	27,41	22,20	39,02	470,89	1,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,00	0,00	12,14	48,57	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,83	1,09	19,40	98,89	0,00
Итого			405	30,24	23,29	70,56	618,35	1,00
Всего				66,78	56,15	178,36	1 495,61	55,79