

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 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	2,33	0,90	15,94	81,27	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,26	6,88	27,31	197,05	0,61
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,47	2,85	16,12	104,84	0,61
Итого			419	12,16	18,93	59,47	458,16	1,22
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	8,07	2,83	12,95	109,85	7,33
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	75	7,97	18,91	9,10	238,53	0,56
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	5,04	8,25	31,69	221,63	1,28
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,06	0,06	16,18	65,77	0,58
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			695	23,79	30,40	86,88	717,36	9,75
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	176	4,97	4,28	8,22	92,44	0,92
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,29	6,71	31,16	202,08	0,07
Итого			226	9,26	10,99	39,38	294,52	0,99
Ужин								
2012	189	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ДЖЕМОМ	150/35	10,96	10,88	41,49	306,17	5,68
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	170	0,00	0,00	23,35	93,38	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,33	0,90	15,94	81,27	0,00
Итого			386	13,29	11,78	80,78	480,82	5,68
Всего				58,50	72,10	266,51	1 950,86	17,64