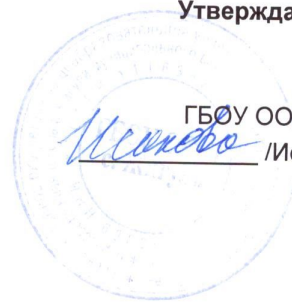


Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

/Исакова Е.В./

МЕНЮ

16 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,07	4,47	22,91	148,86	0,47
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,60	3,61	10,97	83,03	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,24	2,17	14,29	86,21	0,36
Итого			325	7,91	10,25	48,17	318,10	0,83
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	105	0,52	0,10	10,56	44,95	2,09
Итого			105	0,52	0,10	10,56	44,95	2,09
Обед								
2008	41	САЛАТ" ОВОЩНОЙ"	45	0,70	2,70	2,33	36,91	1,19
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ	200/40/5	6,34	5,69	16,02	140,93	5,49
2008	287	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	40	7,19	4,07	3,74	87,35	4,69
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	95	7,46	1,25	15,62	103,60	0,00
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,33	0,14	16,13	73,29	40,00
		ЧЕСНОК	2	0,15	0,01	0,68	3,39	0,09
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,08	0,09	7,08	33,41	0,00
Итого			620	25,24	14,21	74,32	540,07	51,46
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,17	2,02	11,09	72,12	14,65
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,00	10,84	44,39	0,54
2008	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,01	5,65	31,94	198,30	0,08
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,40	0,55	9,11	47,09	0,00
Итого			383	8,70	8,22	62,98	361,90	15,27
Всего				42,37	32,78	196,03	1 265,02	69,65

Мед.сестра _____

Барина Н.Ю.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

/Исакова Е.В./

МЕНЮ

16 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,06	5,25	29,21	185,27	0,58
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,81	3,69	12,32	90,03	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,84	17,23	106,71	0,48
Итого			410	9,75	11,78	58,76	382,01	1,06
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	105	0,52	0,10	10,56	44,95	2,09
Итого			105	0,52	0,10	10,56	44,95	2,09
Обед								
2008	41	САЛАТ" ОВОЩНОЙ"	45	0,70	2,68	2,31	36,55	1,18
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ	250/40/8	7,75	6,65	22,36	180,87	8,04
2008	287	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	55	10,42	6,05	5,33	127,58	6,58
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	125	9,79	1,98	20,46	138,89	0,00
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,44	0,18	21,63	98,18	52,96
		ЧЕСНОК	4	0,24	0,02	1,13	5,63	0,16
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,45	0,33	15,70	75,52	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,48	0,12	9,73	45,94	0,00
Итого			782	33,27	18,01	98,65	709,16	68,92
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	195	2,86	2,44	14,65	93,20	19,33
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,14	0,00	12,88	52,71	0,64
2008	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,21	6,64	31,63	206,83	0,08
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,75	0,68	11,37	58,80	0,00
Итого			483	9,96	9,76	70,53	411,54	20,05
Всего				53,50	39,65	238,50	1 547,66	92,12

Мед.сестра _____

Барина Н.Ю.