

Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

21 сентября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	3,9	21	137	0,5
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	3,6	11	83	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,4	2,4	13,1	86	0,4
Итого			325	8,5	9,9	45,1	306	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	102	0,5	0,1	10,3	44	2
Итого			102	0,5	0,1	10,3	44	2
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,5	0,1	1,5	8	5,8
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/40/5	10,2	8,6	17,2	189	4,3
2012	304	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150/40	8,9	8,7	25,4	217	1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	153	0,8	0,2	15,5	66	3,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,4	0,1	8,6	41	0
Итого			681	23,1	17,9	76,7	562	14,2
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,6	4,1	20,1	137	0,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150			14,5	59	1,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10	52	0
Итого			320	6,1	4,7	44,6	248	2,2
Всего				38,2	32,6	176,7	1160	19,3

Мед.сестра

Барина Н.Ю.



Утверждаю

Директор
ГБОУ ООШ с.Жигули
Исакова Е.В./

МЕНЮ

21 сентября 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,5	5,4	26,4	176	0,6
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2	3,9	13,5	97	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	3,1	15,8	105	0,5
Итого			410	10,7	12,4	55,7	378	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	102	0,5	0,1	10,3	44	2
Итого			102	0,5	0,1	10,3	44	2
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	59	0,5	0,1	1,5	8	5,9
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/45/8	11,8	10,6	21,1	229	5,2
2012	304	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200/45	11,1	10	32,5	265	1,3
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	173	0,9	0,2	17,5	75	3,5
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,1	11,3	53	0
Итого			830	28	21,3	96,6	691	15,9
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	5,8	26,4	182	0,6
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,1		16,9	69	2,2
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,5	65	0
Итого			425	7,9	6,6	55,8	316	2,8
Всего				47,1	40,4	218,4	1429	21,8

Мед. сестра _____

Баринаева Н.Ю.