

Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

23 октября 2023 г.

Ясли 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,86	3,79	29,06	174,08	0,31
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	9,70	9,57	54,32	343,32	0,67
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	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	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	1,44	1,90	4,30	42,34	23,79
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4,09	1,40	23,77	124,54	7,76
2008	258	АЗУ С ГОВЯДИНОЙ	150/40	7,15	7,54	20,54	179,13	10,44
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	150	0,00	0,00	10,56	42,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,38	0,18	8,86	42,65	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,10	7,52	35,49	0,00
Итого			616	15,20	11,12	75,55	466,37	41,99
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	100/15	6,89	7,32	46,43	279,34	0,37
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,51	0,08	4,27	20,48	1,12
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	9,86	39,80	0,02
Итого			315	7,49	7,40	60,56	339,62	1,51
Всего				32,91	28,19	200,99	1 194,26	46,26

Мед.сестра _____

Барина Н.Ю.

Утверждаю



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

МЕНЮ

23 октября 2023 г.

Сад 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,76	7,05	23,94	182,78	0,51
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,79	3,68	12,19	89,33	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,38	3,40	17,54	115,15	0,57
Итого			410	10,93	14,13	53,67	387,26	1,08
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	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	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	1,45	1,70	4,12	39,81	23,82
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	4,87	1,94	28,80	152,60	8,54
2008	258	АЗУ С ГОВЯДИНОЙ	200/45	8,87	8,98	27,30	226,26	13,87
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	12,03	48,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,23	10,88	52,37	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,13	10,00	47,18	0,00
Итого			781	18,41	12,98	93,13	566,32	46,23
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	120/20	8,25	9,01	57,39	343,91	0,45
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,60	0,09	5,06	24,22	1,33
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	12,80	51,69	0,02
Итого			400	8,97	9,10	75,25	419,82	1,80
Всего				38,83	36,31	232,61	1 418,35	51,20

Мед.сестра _____ Барина Н.Ю.