



Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,1	4,6	23,4	152	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	2,6	2,6	13,2	88	0,4
Итого			325	8,3	10,8	47,6	323	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	122	0,6	0,1	12,3	53	2,4
Итого			122	0,6	0,1	12,3	53	2,4
Обед								
2008	41	САЛАТ" ОВОЩНОЙ"	40	0,8	2,9	2,6	41	1,4
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7,7	2,5	24,1	150	7,8
2008	287	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,7	5	3,9	115	7,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,5	1,7	18,2	98	8,9
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	14,5	65	32
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,2	0,2	7,6	37	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,3	0,1	8,2	39	0
Итого			573	24,5	12,5	79,1	545	57,5
Уплотненный ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	4,3	4,2	15,4	117	0,5
2008	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,7	6,3	35,5	220	0,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150			11,7	48	0,4
Итого			360	10	10,5	62,6	385	1
Всего				43,4	33,9	201,6	1306	61,8

Мед.сестра _____ Барина Н.Ю.

Утверждаю



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

МЕНЮ

25 сентября 2023 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,3	5,4	30,7	194	0,6
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2,2	4	14,7	104	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,3	15,5	106	0,5
Итого			410	10,8	12,7	60,9	404	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	122	0,6	0,1	12,3	53	2,4
Итого			122	0,6	0,1	12,3	53	2,4
Обед								
2008	41	САЛАТ" ОВОЩНОЙ"	45	0,9	2,5	2,9	38	1,6
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,5	2,4	29,4	179	8,5
2008	287	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	15,2	7	5,7	161	10,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,4	2,6	23,6	130	11,5
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,4	0,1	19,3	86	41,3
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,8	0,2	11,8	57	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,6	0,1	10,2	48	0
Итого			742	32,8	14,9	102,9	699	73,2
Уплотненный ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,9	4,8	18,6	138	0,6
2008	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,8	5,6	35,3	213	0,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	15,1	61	0,6
Итого			460	10,8	10,5	69	412	1,3
Всего				55	38,2	245,1	1568	78

Мед.сестра _____

Барина Н.Ю.