

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с. Жигули

Исакова Е.В./



**МЕНЮ**  
25 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	100/15	7,01	7,60	3,26	109,66	0,83
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,20	3,21	14,06	99,09	0,47
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>285</b>	<b>11,75</b>	<b>11,41</b>	<b>27,34</b>	<b>260,55</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	88	2,46	2,20	3,96	49,65	0,61
<b>Итого</b>			<b>88</b>	<b>2,46</b>	<b>2,20</b>	<b>3,96</b>	<b>49,65</b>	<b>0,61</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	40	0,69	1,43	3,19	28,63	5,61
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	200/40	7,18	5,90	16,84	149,16	3,98
2008	234	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	6,57	2,20	3,12	58,79	0,25
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,24	1,11	19,20	103,52	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	15	0,17	0,70	1,56	13,26	0,30
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	115	0,03	0,00	11,88	48,27	0,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,06	0,09	6,95	32,82	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,28	0,17	8,18	39,34	0,00
<b>Итого</b>			<b>592</b>	<b>21,22</b>	<b>11,60</b>	<b>70,92</b>	<b>473,79</b>	<b>10,76</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ	120/15	22,75	17,87	23,01	348,14	0,28
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,11	0,00	9,90	40,27	0,29
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
		МАРМЕЛАД ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ	16	0,23	1,41	9,79	53,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>326</b>	<b>24,63</b>	<b>19,88</b>	<b>52,72</b>	<b>493,40</b>	<b>0,57</b>
<b>Всего</b>				<b>60,06</b>	<b>45,09</b>	<b>154,94</b>	<b>1 277,39</b>	<b>13,24</b>

Мед. сестра

Барина Н.Ю.

*Меню* (Исакова Е.В.)

## МЕНЮ

25 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	130/17	8,74	9,61	4,20	138,71	0,98
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,23	4,33	17,24	126,29	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,74	12,39	64,07	0,00
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>14,87</b>	<b>14,68</b>	<b>33,83</b>	<b>329,07</b>	<b>1,64</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	110	3,07	2,74	4,95	62,01	0,77
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>3,07</b>	<b>2,74</b>	<b>4,95</b>	<b>62,01</b>	<b>0,77</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	45	0,78	1,83	3,82	35,16	6,35
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	250/45	8,60	7,14	20,88	182,19	5,02
2008	234	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	9,22	3,22	4,35	83,43	0,34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,08	1,59	27,56	148,66	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,20	0,78	1,44	13,63	0,32
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	155	0,05	0,01	15,70	63,85	0,83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,41	0,12	9,22	43,52	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
<b>Итого</b>			<b>747</b>	<b>28,00</b>	<b>14,91</b>	<b>93,57</b>	<b>621,43</b>	<b>12,86</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ	120/15	22,77	17,73	23,01	346,83	0,28
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,14	0,00	12,27	50,00	0,37
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,74	12,39	64,07	0,00
		МАРМЕЛАД ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ	21	0,30	1,83	12,78	69,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>386</b>	<b>25,11</b>	<b>20,30</b>	<b>60,45</b>	<b>530,39</b>	<b>0,65</b>
<b>Всего</b>				<b>71,05</b>	<b>52,63</b>	<b>192,80</b>	<b>1 542,90</b>	<b>15,92</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

Барина Н.Ю.