

Утверждаю

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



# МЕНЮ

2 февраля 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,60	5,21	25,93	173,13	0,57
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2,12	3,81	14,35	100,48	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,83	2,79	17,25	106,21	0,47
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>10,55</b>	<b>11,81</b>	<b>57,53</b>	<b>379,82</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	40	0,42	2,99	2,26	37,95	0,84
2012	64	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И ЯЙЦОМ	250/0/5	3,01	5,44	11,75	111,79	5,05
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ	210/45	8,99	6,56	11,94	144,82	32,80
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,09	0,01	16,71	68,99	1,63
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,61	0,21	10,32	49,66	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,40	0,12	9,21	43,45	0,00
<b>Итого</b>			<b>791</b>	<b>15,52</b>	<b>15,33</b>	<b>62,19</b>	<b>456,66</b>	<b>40,92</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МОРКОВНАЯ СО СГУЩЕНКОЙ	130/15	13,86	8,88	13,46	191,92	0,85
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,00	0,00	12,42	49,64	0,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,06	0,80	13,40	69,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>15,94</b>	<b>9,68</b>	<b>39,28</b>	<b>310,81</b>	<b>0,85</b>
<b>Всего</b>				<b>42,51</b>	<b>36,92</b>	<b>169,10</b>	<b>1 190,29</b>	<b>44,81</b>

Мед.сестра

*Барина Н.Ю.*

Барина Н.Ю.