



Утверждаю

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

МЕНЮ

12 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	6,37	4,08	30,52	184,82	0,48
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45/5	3,58	4,38	23,82	149,47	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,64	2,60	16,85	102,00	0,44
Итого			380	12,59	11,06	71,19	436,29	0,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,54	0,11	10,98	46,74	2,17
Итого			109	0,54	0,11	10,98	46,74	2,17
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,44	2,16	1,24	27,15	1,17
2008	83	ЩИ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ	200	5,53	1,52	11,51	82,75	14,66
2008	258	АЗУ С ГОВЯДИНОЙ	185/45	6,74	6,35	23,59	179,71	12,22
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	12,62	50,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,57	0,21	10,04	48,33	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,40	0,12	9,21	43,45	0,00
Итого			721	15,68	10,36	68,21	431,86	28,05
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	120/20	6,81	8,11	49,83	299,76	0,35
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,57	0,09	5,31	25,24	1,37
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	13,51	54,46	0,02
Итого			400	7,50	8,20	68,65	379,46	1,74
Всего				36,31	29,73	219,03	1 294,35	32,88

Мед.сестра Барина Н.Ю. Барина Н.Ю.