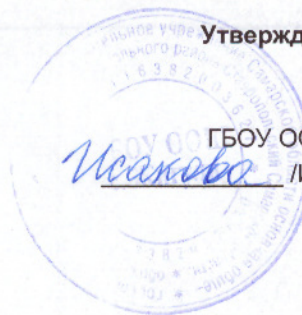


Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

/Исакова Е.В./



## МЕНЮ

14 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	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	125/20	9,24	10,02	4,20	144,39	1,09
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,98	4,04	16,87	121,03	0,60
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,94	0,76	12,64	65,37	0,00
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>15,16</b>	<b>14,82</b>	<b>33,71</b>	<b>330,79</b>	<b>1,69</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	129	3,60	3,21	5,80	72,66	0,90
<b>Итого</b>			<b>129</b>	<b>3,60</b>	<b>3,21</b>	<b>5,80</b>	<b>72,66</b>	<b>0,90</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	50	0,87	1,89	4,11	37,39	7,42
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/45/7	9,46	9,00	21,24	207,78	5,24
2008	234	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	9,40	3,22	4,32	83,96	0,34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,76	1,51	26,11	140,84	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,20	0,70	1,43	12,80	0,38
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	195	0,09	0,01	16,20	66,88	1,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,51	0,13	9,96	47,04	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,23	10,90	52,45	0,00
<b>Итого</b>			<b>802</b>	<b>28,99</b>	<b>16,69</b>	<b>94,27</b>	<b>649,14</b>	<b>14,98</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕННОЙ	120/15	22,32	16,44	24,37	338,87	0,28
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,17	0,00	12,84	52,72	0,71
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,94	0,76	12,64	65,37	0,00
		МАРМЕЛАД ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ	24	0,35	2,12	14,83	80,61	0,00
<b>Итого</b>			<b>389</b>	<b>24,78</b>	<b>19,32</b>	<b>64,68</b>	<b>537,57</b>	<b>0,99</b>
<b>Всего</b>				<b>72,53</b>	<b>54,04</b>	<b>198,46</b>	<b>1 590,16</b>	<b>18,56</b>

Мед.сестра

Барина Н.Ю.