

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

/Исакова Е.В./



**МЕНЮ**  
15 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>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	160	5,14	2,33	32,91	173,21	0,00
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	43	0,81	3,74	3,24	50,12	1,22
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	13,38	54,02	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,71	0,66	11,09	57,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>7,78</b>	<b>6,73</b>	<b>60,62</b>	<b>334,70</b>	<b>1,24</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	119	0,48	0,48	11,69	56,07	11,93
<b>Итого</b>			<b>119</b>	<b>0,48</b>	<b>0,48</b>	<b>11,69</b>	<b>56,07</b>	<b>11,93</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	51	0,41	0,05	0,87	6,69	2,57
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	250/45/25	15,44	6,70	37,60	272,90	5,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80/40	14,69	4,20	4,00	133,66	11,19
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,06	2,19	21,67	119,10	10,64
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	195	0,07	0,07	15,44	63,03	0,68
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,40	0,12	9,16	43,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	0,88	0,12	5,65	27,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>836</b>	<b>35,95</b>	<b>13,45</b>	<b>94,39</b>	<b>665,77</b>	<b>30,08</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6,32	6,15	29,37	199,11	0,69
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	33	1,91	1,52	24,25	118,34	0,00
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,48	0,19	20,52	94,62	57,13
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,14	0,84	13,96	72,15	0,00
<b>Итого</b>			<b>461</b>	<b>10,85</b>	<b>8,70</b>	<b>88,10</b>	<b>484,22</b>	<b>57,82</b>
<b>Всего</b>				<b>55,06</b>	<b>29,36</b>	<b>254,80</b>	<b>1 540,76</b>	<b>101,07</b>

Мед.сестра

Барина Н.Ю.