



Утверждаю

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

# МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

## Сад 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,95	4,59	26,59	172,04	0,44
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,35	3,90	15,87	108,38	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,02	2,99	17,07	107,96	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,32</b>	<b>11,48</b>	<b>59,53</b>	<b>388,38</b>	<b>0,94</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,74	45,74	2,13
<b>Итого</b>			<b>106</b>	<b>0,53</b>	<b>0,11</b>	<b>10,74</b>	<b>45,74</b>	<b>2,13</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	20	0,22	2,10	0,76	23,12	0,59
2008	83	ЩИ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ	200	5,60	1,49	11,48	82,73	14,90
2008	258	АЗУ С ГОВЯДИНОЙ	170/45	6,50	6,19	23,08	175,05	11,73
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	195	0,00	0,00	12,15	48,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,59	0,21	10,19	49,04	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,42	0,12	9,32	43,99	0,00
<b>Итого</b>			<b>671</b>	<b>15,33</b>	<b>10,11</b>	<b>66,98</b>	<b>422,52</b>	<b>27,22</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	479	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	125/20	7,62	8,49	52,12	315,61	0,40
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	55	0,55	0,08	5,05	23,99	1,27
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,13	0,00	13,44	54,22	0,02
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,30</b>	<b>8,57</b>	<b>70,61</b>	<b>393,82</b>	<b>1,69</b>
<b>Всего</b>				<b>35,48</b>	<b>30,27</b>	<b>207,86</b>	<b>1 250,46</b>	<b>31,98</b>

Мед.сестра

Барина Н.Ю.