



Утверждаю

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

МЕНЮ

2 апреля 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	224	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННОЙ	145/20	23,61	14,07	28,98	340,98	0,40
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,94	3,74	13,18	94,48	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,01	2,08	16,38	92,74	0,38
Итого			395	27,56	19,89	58,54	528,20	0,78
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	98	1,47	0,49	20,51	93,76	9,77
Итого			98	1,47	0,49	20,51	93,76	9,77
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,58	3,03	2,12	38,66	4,08
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	230/45/8	5,95	6,40	15,45	147,29	0,76
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5	0,06	0,00	0,15	0,90	0,56
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	185/50	7,30	6,27	24,58	184,40	1,03
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,54	0,27	20,64	96,36	56,63
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,68	0,22	10,75	51,70	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,22	0,18	14,60	68,91	0,00
Итого			820	18,33	16,37	88,29	588,22	63,06
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	215	3,16	3,31	15,53	105,94	22,16
2008	479	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	65/10	9,22	8,72	37,61	266,21	0,11
2008		СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	167	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,73	12,23	63,25	0,00
Итого			481	14,26	12,76	65,37	435,40	22,27
Всего				61,62	49,51	232,71	1 645,58	95,88

Мед.сестра

Барина

Барина Н.Ю.