



Утверждаю

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

МЕНЮ

4 апреля 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,62	5,35	26,23	175,51	0,58
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2,03	3,78	13,79	97,60	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,24	3,24	16,72	110,10	0,47
Итого			410	10,89	12,37	56,74	383,21	1,05
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,14	43,18	2,01
Итого			100	0,50	0,10	10,14	43,18	2,01
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,04	0,93	5,20	3,71
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/45/8	12,02	10,62	19,80	225,88	5,20
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	70	10,35	4,98	4,19	102,99	0,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	3,26	2,50	22,75	126,93	11,14
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0,85	0,17	17,21	73,28	3,41
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,28	0,30	14,57	70,11	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,02	0,16	13,28	62,68	0,00
Итого			764	31,08	18,77	92,73	667,07	23,64
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНКОЙ	115/20	7,85	9,37	41,33	281,44	0,40
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	92	0,37	0,37	8,99	43,11	9,17
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,34	0,15	17,18	77,86	41,67
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,97	0,77	12,84	66,37	0,00
Итого			403	10,53	10,66	80,34	468,78	51,24
Всего				53,00	41,90	239,95	1 562,24	77,94

Мед.сестра Барина Барина Н.Ю.