

Утверждаю



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

МЕНЮ 5 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,47	4,93	20,53	145,25	0,60
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,10	0,82	13,64	70,54	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,13	0,00	13,86	55,93	0,03
Итого			427	6,70	5,75	48,03	271,72	0,63
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	96	2,68	2,39	4,32	54,11	0,67
Итого			96	2,68	2,39	4,32	54,11	0,67
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	65	0,61	1,93	1,72	27,99	1,58
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/45	6,30	5,58	12,72	126,37	6,31
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	9,30	8,36	14,35	171,25	25,26
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	200	0,00	0,00	28,58	114,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,61	0,21	10,28	49,47	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,12	0,17	13,98	65,98	0,00
Итого			790	19,94	16,25	81,63	555,36	33,15
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,06	5,77	26,47	182,92	0,60
2008		ВАФЛИ	21	0,58	0,68	15,96	73,06	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	195	0,15	0,03	17,57	72,79	3,28
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,92	0,75	12,47	64,48	0,00
Итого			441	8,71	7,23	72,47	393,25	3,88
Всего				38,03	31,62	206,45	1 274,44	38,33

Мед.сестра

Барина

Барина Н.Ю.