



Утверждаю

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

МЕНЮ
10 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	120	8,46	10,11	2,40	134,71	0,23
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	23	0,43	2,00	1,73	26,70	0,65
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,75	2,73	17,22	105,04	0,46
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,97	0,77	12,84	66,37	0,00
Итого			349	13,61	15,61	34,19	332,82	1,34
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,52	0,10	10,52	44,79	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,52	44,79	2,08
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,31	0,04	0,98	5,49	3,92
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	240/45	8,18	6,44	23,53	185,34	6,04
		ЛУК ЗЕЛЕНый	5	0,07	0,01	0,16	0,97	0,60
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	195/45	10,32	7,40	14,37	167,73	37,16
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	185	0,16	0,06	14,45	60,11	12,94
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			813	23,34	14,41	81,34	552,43	60,66
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕННОЙ	145/18	27,20	19,26	23,92	382,72	0,33
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,17	0,00	12,68	52,13	0,72
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	128	0,51	0,51	12,58	60,35	12,84
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,91	0,75	12,45	64,38	0,00
Итого			522	29,79	20,52	61,63	559,58	13,89
Всего				67,26	50,64	187,68	1 489,62	77,97

Мед.сестра

Барри

Барина Н.Ю.