

Утверждаю

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



МЕНЮ

15 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,40	4,81	34,17	210,30	0,49
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2,08	3,80	14,06	99,01	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,86	2,82	17,03	105,69	0,47
Итого			410	12,34	11,43	65,26	415,00	0,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,53	0,11	10,74	45,74	2,13
Итого			106	0,53	0,11	10,74	45,74	2,13
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	45	0,62	1,56	2,82	28,23	2,87
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	7,83	2,24	18,20	124,71	4,81
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	65/40	11,19	4,53	4,09	119,41	8,51
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	3,53	1,27	22,56	115,85	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,00	0,00	12,36	49,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,58	0,21	10,10	48,60	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,10	0,17	13,77	65,01	0,00
Итого			735	26,85	9,98	83,90	551,22	16,19
Уплотненный ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	5,26	4,85	19,84	144,93	0,63
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	13,64	54,99	0,02
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,02	0,79	13,11	67,78	0,00
Итого			426	7,40	5,64	46,59	267,70	0,65
Всего				47,12	27,16	206,49	1 279,66	19,93

Мед.сестра _____

Барина Н.Ю.