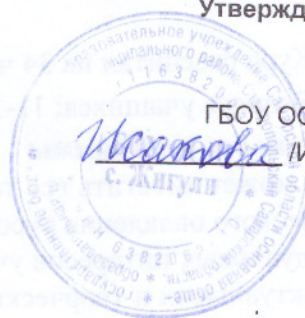


Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

(Исакова Е.В./



# МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,91	2,36	26,72	151,53	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	138	4,09	4,51	6,63	84,61	0,76
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,13	0,00	13,68	55,17	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,05	0,80	13,36	69,07	0,00
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>12,18</b>	<b>7,67</b>	<b>60,39</b>	<b>360,38</b>	<b>0,79</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВО-БАНАНОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>	<b>0,80</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	40	0,44	2,28	2,42	32,35	0,88
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ	235/8	1,90	3,69	12,92	97,26	6,18
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	12,78	5,02	8,38	130,16	0,21
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	115	2,07	0,90	21,88	104,02	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,20	0,50	1,50	11,51	0,41
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0,46	0,09	17,08	71,66	0,80
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,82	0,24	11,63	55,95	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,19	15,98	75,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>22,10</b>	<b>12,91</b>	<b>91,79</b>	<b>578,30</b>	<b>8,48</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	146	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	95	4,78	9,48	17,76	175,72	2,76
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	37	0,30	0,04	0,63	4,80	1,85
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,57	0,28	20,49	96,72	62,21
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,05	0,80	13,36	69,07	0,00
<b>Итого</b>			<b>359</b>	<b>7,70</b>	<b>10,60</b>	<b>52,24</b>	<b>346,31</b>	<b>66,82</b>
<b>Всего</b>				<b>42,47</b>	<b>31,28</b>	<b>214,22</b>	<b>1 326,70</b>	<b>76,89</b>

Мед.сестра

*Барина Н.Ю.*

Барина Н.Ю.