

Утверждаю

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



## МЕНЮ

27 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,08	5,14	38,24	232,12	0,48
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,99	3,76	13,54	96,31	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,84	2,79	17,37	106,66	0,47
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,91</b>	<b>11,69</b>	<b>69,15</b>	<b>435,09</b>	<b>0,95</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	45	0,66	1,63	3,52	31,74	3,03
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	7,52	2,51	24,72	152,01	5,99
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80/40	15,49	5,98	4,25	156,54	11,76
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	5,12	1,63	32,80	166,49	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	12,66	50,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,02	0,27	12,93	62,23	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,63	0,14	10,73	50,65	0,00
<b>Итого</b>			<b>786</b>	<b>32,44</b>	<b>12,16</b>	<b>101,61</b>	<b>670,27</b>	<b>20,78</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	5,31	5,00	20,27	148,16	0,62
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	30	1,72	1,37	21,83	106,51	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,06	56,98	0,04
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,93	0,75	12,59	65,08	0,00
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>9,15</b>	<b>7,12</b>	<b>68,75</b>	<b>376,73</b>	<b>0,66</b>
<b>Всего</b>				<b>55,00</b>	<b>31,07</b>	<b>249,61</b>	<b>1 525,09</b>	<b>24,39</b>

Мед.сестра Барина Н.Ю. Барина Н.Ю.