

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 мая 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,31	4,65	20,74	142,87	0,56
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,13	0,00	13,87	55,97	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,71	0,66	11,09	57,35	0,00
Итого			422	6,15	5,31	45,70	256,19	0,59
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	129	3,60	3,21	5,80	72,66	0,90
Итого			129	3,60	3,21	5,80	72,66	0,90
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	55	0,51	2,83	1,58	34,85	1,35
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/45	5,23	5,10	11,79	114,20	5,85
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	7,69	8,70	14,49	168,52	24,82
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	200	0,00	0,00	26,87	107,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,73	0,23	11,10	53,42	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,31	0,18	15,18	71,64	0,00
Итого			779	17,47	17,04	81,01	550,10	32,02
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,67	5,47	24,96	172,52	0,56
2008		ВАФЛИ	24	0,65	0,77	17,86	81,76	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ	85	0,10	0,06	14,72	61,07	1,42
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,14	0,84	13,96	72,15	0,00
Итого			337	8,56	7,14	71,50	387,50	1,98
Всего				35,78	32,70	204,01	1 266,45	35,49

Мед.сестра

Барина

Барина Н.Ю.