

Утверждаю



Директор

ГБОУ СОШ с.Жигули

Исакова Е.В./

# МЕНЮ

6 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,66	4,87	28,11	175,81	0,52
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	1,96	3,84	13,35	96,12	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	165	2,99	2,96	15,33	100,95	0,42
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>9,61</b>	<b>11,67</b>	<b>56,79</b>	<b>372,88</b>	<b>0,94</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	106	0,53	0,11	10,74	45,74	2,13
<b>Итого</b>			<b>106</b>	<b>0,53</b>	<b>0,11</b>	<b>10,74</b>	<b>45,74</b>	<b>2,13</b>
<b>Обед</b>								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	55	1,01	2,56	5,82	51,14	9,03
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	8,95	2,72	30,10	181,21	8,60
2008	287	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	14,37	6,98	5,16	155,97	9,74
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,27	2,30	23,39	127,93	11,52
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,42	0,17	20,81	94,44	51,05
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,55	0,21	9,92	47,73	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,07	0,16	13,57	64,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>748</b>	<b>31,64</b>	<b>15,10</b>	<b>108,77</b>	<b>722,45</b>	<b>90,54</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,64	4,34	18,84	133,71	0,52
2008	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,16	6,46	31,53	204,73	0,07
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	195	0,07	0,07	15,77	64,33	0,66
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,11	0,82	13,75	71,08	0,00
<b>Итого</b>			<b>482</b>	<b>11,98</b>	<b>11,69</b>	<b>79,89</b>	<b>473,85</b>	<b>1,25</b>
<b>Всего</b>				<b>53,76</b>	<b>38,57</b>	<b>256,19</b>	<b>1 614,92</b>	<b>54,20</b>

Мед.сестра

Барина Н.Ю.