



Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	120	8,41	9,94	2,35	132,84	0,22
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	33	0,60	2,81	2,43	37,57	0,91
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,73	2,67	17,52	105,62	0,45
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,93	0,75	12,53	64,75	3,00
Итого			358	13,67	16,17	34,83	340,78	1,58
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,60	0,12	12,02	51,19	2,38
Итого			119	0,60	0,12	12,02	51,19	2,38
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,38	0,05	1,18	6,60	4,71
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	260/45	8,90	7,32	23,92	197,60	6,76
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7	0,09	0,01	0,20	1,29	0,80
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	205/45	11,39	8,42	15,02	184,05	38,97
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	190	0,16	0,06	14,97	62,19	12,94
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,23	10,90	52,45	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,27	0,18	14,95	70,56	0,00
Итого			853	24,89	16,27	81,14	574,83	64,18
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕННОЙ	120/18	22,14	17,57	23,58	344,83	0,28
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,17	0,00	13,53	55,83	0,72
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	126	0,50	0,50	12,33	59,11	12,58
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,87	0,73	12,15	62,81	3,00
Итого			494	24,68	18,80	61,59	522,59	13,58
Всего				63,84	51,36	189,58	1 489,10	81,72

Мед.сестра

Барина

Барина Н.Ю.