



Утверждаю

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

МЕНЮ 20 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,94	5,13	28,39	180,31	0,56
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,04	3,83	13,21	95,45	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,21	3,19	15,38	104,26	0,46
Итого			410	10,09	12,15	56,98	380,02	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	116	0,58	0,12	11,74	50,00	2,33
Итого			116	0,58	0,12	11,74	50,00	2,33
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	65	1,09	2,35	5,81	49,53	10,00
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,19	2,42	28,44	172,77	8,52
2008	287	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14,95	6,86	5,55	153,36	10,04
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,30	2,27	23,19	126,87	11,38
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,46	0,19	21,18	96,94	55,81
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,71	0,23	10,94	52,65	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,27	0,18	14,94	70,51	0,00
Итого			769	32,97	14,50	110,05	728,68	96,25
Уплотненный ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	5,07	4,39	20,13	140,95	0,56
2008	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,52	5,68	34,00	208,80	0,08
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	195	0,07	0,07	15,31	62,46	0,66
Итого			455	10,66	10,12	69,44	412,21	1,30
Всего				54,30	36,89	248,21	1 570,81	100,90

Мед.сестра Баринсва Н.Ю. Баринсва Н.Ю.