

Утверждаю

Директор
ГБОУ ООШ с Жигули
Исакова Е.В./**МЕНЮ**
23 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	8,88	10,23	2,33	137,17	0,22
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	25	0,47	2,18	1,89	29,22	0,71
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,65	2,60	17,22	103,54	0,44
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,73	12,25	63,31	0,00
Итого			349	13,88	15,74	33,69	333,24	1,37
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,56	0,11	11,22	47,78	2,22
Итого			111	0,56	0,11	11,22	47,78	2,22
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,35	0,04	1,10	6,16	4,40
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	270/45	10,35	8,22	25,17	216,50	6,55
		ЛУК ЗЕЛЕНый	7	0,09	0,01	0,20	1,29	0,80
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	205/45	12,85	9,67	14,16	197,67	37,27
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	185	0,16	0,06	14,86	61,73	12,93
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,65	0,21	17,44	82,29	0,00
Итого			849	27,44	18,34	79,29	596,29	61,95
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ	145/18	27,33	19,62	26,97	398,68	0,34
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,19	0,00	13,37	55,05	0,33
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	126	1,90	0,83	26,54	121,33	12,64
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,71	11,88	61,41	0,00
Итого			518	31,24	20,96	78,76	636,47	13,31
Всего				73,12	55,15	202,96	1 613,78	79,35

Мед.сестра

Баринаева Н.Ю.