



Утверждаю

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

МЕНЮ

31 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	4,62	4,69	21,44	147,33	0,60
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	4,22	3,70	12,22	99,84	0,03
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,13	0,00	12,72	51,34	0,03
Итого			437	8,97	8,39	46,38	298,51	0,66
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	65	0,60	2,57	1,77	33,78	1,56
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	240/45/8	10,13	8,34	23,54	212,55	6,04
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	230/50	11,27	9,00	26,10	230,93	1,21
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,48	0,19	20,24	93,52	57,14
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,10	0,15	7,02	33,80	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,95	0,16	12,79	60,38	0,00
Итого			879	25,53	20,41	91,46	664,96	65,95
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,80	5,55	24,38	171,63	0,60
2008		ВАФЛИ	23	0,64	0,75	17,57	80,45	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	190	0,15	0,03	16,44	68,18	3,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,94	0,75	12,60	65,11	0,00
Итого			438	8,53	7,08	70,99	385,37	4,00
Всего				46,63	39,09	214,63	1 421,50	71,51

Мед.сестра Барина Н.Ю. Барина Н.Ю.