



Утверждаю  
 Директор  
 ГБОУ ООШ с/Жигули  
 Исакоева Е.В./

## МЕНЮ

2 июля 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	224	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ПОВИДЛОМ	195/20	28,99	15,78	40,78	426,23	0,37
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	4,73	4,09	14,09	112,98	0,03
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,84	1,84	15,18	85,04	0,35
<b>Итого</b>			<b>452</b>	<b>35,56</b>	<b>21,71</b>	<b>70,05</b>	<b>624,25</b>	<b>0,75</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	96	1,44	0,48	20,21	92,40	9,63
<b>Итого</b>			<b>96</b>	<b>1,44</b>	<b>0,48</b>	<b>20,21</b>	<b>92,40</b>	<b>9,63</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	36	0,39	0,07	1,36	8,57	8,93
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/40/10	8,86	8,47	16,92	186,03	21,81
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	10	0,13	0,01	0,31	1,94	1,20
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	15,38	14,19	9,23	226,38	0,62
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,05	2,58	27,39	156,79	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,21	0,61	1,60	12,91	0,42
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	220	0,00	0,00	12,11	48,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,19	0,29	14,04	67,56	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,94	0,16	12,77	60,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>853</b>	<b>35,15</b>	<b>26,38</b>	<b>95,73</b>	<b>768,86</b>	<b>32,98</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200	5,20	5,10	23,19	159,59	0,57
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	281	7,88	7,03	12,68	158,93	1,97
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,17	0,84	14,09	72,84	0,00
<b>Итого</b>			<b>534</b>	<b>17,13</b>	<b>15,42</b>	<b>68,56</b>	<b>495,61</b>	<b>2,54</b>
<b>Всего</b>				<b>89,28</b>	<b>63,99</b>	<b>254,55</b>	<b>1 981,12</b>	<b>45,90</b>

Мед.сестра Барри Баринаева Н.Ю.