



Утверждаю

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

МЕНЮ

3 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		
Завтрак								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	135	9,03	10,69	2,98	144,66	0,29
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	28	0,52	2,45	2,12	32,87	0,80
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,47	3,49	17,65	116,78	0,58
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,68	0,66	10,96	56,66	0,00
Итого			365	14,70	17,29	33,71	350,97	1,67
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	122	1,84	0,61	25,73	117,60	12,25
Итого			122	1,84	0,61	25,73	117,60	12,25
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,04	0,93	5,20	3,71
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	305/45	11,22	8,60	28,25	235,82	7,52
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ		0,11	0,01	0,26	1,65	1,02
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	250/45	14,42	10,08	17,40	221,34	46,72
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	190	0,17	0,07	14,00	58,56	14,55
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
Итого			929	30,35	19,25	87,65	650,43	73,52
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ	195/18	37,80	25,57	29,91	508,06	0,48
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,21	0,00	12,61	51,96	0,76
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,44	0,44	10,79	51,73	11,01
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,63	0,64	10,63	54,96	0,00
Итого			550	40,08	26,65	63,94	666,71	12,25
Всего				86,97	63,80	211,03	1 785,71	99,69

Мед.сестра Барина Н.Ю. Барина Н.Ю.