



Утверждаю

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

МЕНЮ

5 июня 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	130	10,33	11,62	2,13	154,71	0,18
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	27	0,49	2,32	2,00	30,94	0,75
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,28	2,19	16,14	93,91	0,37
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,40	0,94	15,62	80,73	0,00
Итого			368	15,50	17,07	35,89	360,29	1,30
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	93	1,39	0,46	19,46	88,95	9,27
Итого			93	1,39	0,46	19,46	88,95	9,27
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,47	0,06	1,46	8,15	5,82
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	385/45	16,55	12,96	28,58	298,00	7,64
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9	0,12	0,01	0,29	1,82	1,13
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	300/45	21,41	15,71	19,62	308,98	49,07
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	195	0,16	0,07	15,45	64,22	13,70
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,75	0,15	11,46	54,05	0,00
Итого			1088	42,45	29,22	89,58	796,41	77,36
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ	170/18	32,52	22,74	28,53	454,83	0,41
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,21	0,00	13,01	53,60	0,72
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	155	0,62	0,62	15,23	73,02	15,54
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,33	0,91	15,15	78,31	0,00
Итого			579	35,68	24,27	71,92	659,76	16,67
Всего			95,02	71,02	216,85	1 905,41	104,60	

Мед.сестра

Барина Н.Ю.