



Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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								
2008	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	150/18	10,44	11,27	4,92	163,16	1,09
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,15	0,00	12,02	48,62	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,71	11,86	61,33	0,00
Итого			392	12,41	11,98	28,80	273,11	1,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВО-БАНАНОВЫЙ	105	0,51	0,11	10,31	43,90	0,84
Итого			105	0,51	0,11	10,31	43,90	0,84
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	55	0,57	3,11	3,05	42,94	1,08
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ	280/8	2,20	4,95	15,09	118,39	7,18
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	13,22	5,77	8,69	140,06	0,24
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,13	1,14	22,47	108,65	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,24	1,03	1,74	17,38	0,43
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0,44	0,09	15,10	63,73	0,86
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,81	0,24	11,60	55,82	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,60	0,13	10,51	49,57	0,00
Итого			810	22,21	16,46	88,25	596,54	9,79
Уплотненный ужин								
2008	224	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ПОВИДЛОМ	185/20	26,19	14,72	43,00	413,37	0,31
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,51	0,24	17,62	83,40	53,37
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,71	11,86	61,33	0,00
Итого			429	28,52	15,67	72,48	558,10	53,68
Всего				63,65	44,22	199,84	1 471,65	65,43

Мед.сестра Барина Барина Н.Ю.