



Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

11 июля 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,67	5,30	25,47	172,29	0,61
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,46	3,95	16,57	111,96	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,39	3,41	15,48	107,30	0,50
Итого			420	11,52	12,66	57,52	391,55	1,11
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	118	0,59	0,12	11,88	50,59	2,35
Итого			118	0,59	0,12	11,88	50,59	2,35
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,42	0,05	1,31	7,34	5,24
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/45/8	8,57	8,82	21,95	206,31	5,14
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	80	11,93	6,39	4,85	124,70	0,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	3,45	2,65	24,19	134,79	11,85
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	215	0,00	0,00	12,52	50,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,18	0,29	13,96	67,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,96	0,16	12,88	60,81	0,00
Итого			842	28,51	18,36	91,66	651,22	22,43
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНКОЙ	130/20	9,03	11,30	48,33	331,65	0,43
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	104	0,41	0,41	10,15	48,69	10,36
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,39	0,16	16,33	75,66	47,06
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,40	0,94	15,62	80,73	0,00
Итого			435	12,23	12,81	90,43	536,73	57,85
Всего				52,85	43,95	251,49	1 630,09	83,74

Мед.сестра

Барина Н.Ю.