



Утверждаю

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

МЕНЮ
12 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,60	4,96	20,85	147,37	0,62
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/7	4,48	4,14	11,34	101,39	0,03
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	14,53	58,68	0,03
Итого			432	9,24	9,10	46,72	307,44	0,68
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	210	5,88	5,25	9,47	118,67	1,47
Итого			210	5,88	5,25	9,47	118,67	1,47
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	55	0,52	3,30	1,64	39,32	1,38
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/45	8,59	8,25	12,51	158,91	6,19
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	12,31	13,25	14,05	226,03	24,91
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	205	0,00	0,00	33,11	132,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,34	0,31	14,98	72,07	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,03	0,16	13,31	62,79	0,00
Итого			815	25,79	25,27	89,60	691,53	32,48
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,34	6,02	27,43	190,20	0,62
2008		ВАФЛИ	27	0,73	0,85	19,99	91,57	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	230	0,19	0,04	18,70	77,89	4,49
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,80	0,70	11,69	60,42	0,00
Итого			480	9,06	7,61	77,81	420,08	5,11
Всего				49,97	47,23	223,60	1 537,72	39,74

Мед.сестра

Барринова

Барринова Н.Ю.