



Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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	105	7,47	9,39	2,22	123,54	0,21
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	21	0,38	1,78	1,55	23,91	0,58
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,62	2,54	16,83	101,26	0,42
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,86	0,72	12,07	62,40	0,00
Итого			330	12,33	14,43	32,67	311,11	1,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	136	0,68	0,14	13,77	58,64	2,73
Итого			136	0,68	0,14	13,77	58,64	2,73
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	35	0,38	0,07	1,32	8,31	8,66
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	270/45	9,92	7,60	26,58	214,75	6,66
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7	0,09	0,01	0,22	1,41	0,87
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	215/45	12,33	8,81	15,33	192,66	40,53
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	190	0,17	0,07	14,45	60,30	14,11
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
Итого			850	26,03	16,90	78,24	574,36	70,83
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕННОЙ	145/18	27,94	20,07	25,08	397,80	0,35
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,19	0,00	12,75	52,44	0,73
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,48	0,48	11,77	56,43	12,01
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,80	0,70	11,71	60,53	0,00
Итого			512	30,41	21,25	61,31	567,20	13,09
Всего				69,45	52,72	185,99	1 511,31	87,86

Мед.сестра

Барина

Барина Н.Ю.