

Утверждаю



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

МЕНЮ

24 июня 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,54	5,19	31,50	195,73	0,64
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,83	3,70	12,49	90,91	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,05	3,04	19,50	118,32	0,51
Итого			410	10,42	11,93	63,49	404,96	1,15
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	130	0,65	0,13	13,17	56,09	2,61
Итого			130	0,65	0,13	13,17	56,09	2,61
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80	1,13	3,17	5,06	54,04	5,02
2008	83	ЩИ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ	250	8,27	3,30	15,39	125,56	19,77
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80/40	16,49	5,83	4,15	158,20	12,65
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,18	1,88	26,77	140,87	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	215	0,00	0,00	14,31	57,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,22	10,69	51,43	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,48	0,12	9,73	45,93	0,00
Итого			818	33,22	14,52	86,10	633,23	37,44
Уплотненный ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	5,77	5,70	22,57	165,61	0,68
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	30	1,75	1,39	22,15	108,05	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	15,89	64,13	0,03
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,77	0,69	11,54	59,68	0,00
Итого			453	9,45	7,78	72,15	397,47	0,71
Всего				53,74	34,36	234,91	1 491,75	41,91

Мед.сестра

Барринова

Барринова Н.Ю.