



Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
28 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,68	5,07	20,73	148,22	0,64
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	4,24	3,29	15,46	109,10	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	13,97	56,50	0,03
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>9,08</b>	<b>8,36</b>	<b>50,16</b>	<b>313,82</b>	<b>0,69</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	145	4,05	3,61	6,52	81,68	1,01
<b>Итого</b>			<b>145</b>	<b>4,05</b>	<b>3,61</b>	<b>6,52</b>	<b>81,68</b>	<b>1,01</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	70	0,62	3,16	1,81	39,48	1,64
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/45	7,91	7,55	11,81	146,94	5,86
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	205	12,06	12,56	14,72	221,53	27,00
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	205	0,00	0,00	32,76	131,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,23	11,18	53,77	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,55	0,13	10,18	48,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>820</b>	<b>23,89</b>	<b>23,63</b>	<b>82,46</b>	<b>640,78</b>	<b>34,50</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,48	5,98	28,06	192,88	0,64
2008		ВАФЛИ	27	0,74	0,87	20,45	93,65	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,15	0,03	16,80	69,84	3,50
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,45	0,95	15,94	82,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>459</b>	<b>9,82</b>	<b>7,83</b>	<b>81,25</b>	<b>438,78</b>	<b>4,14</b>
<b>Всего</b>				<b>46,84</b>	<b>43,43</b>	<b>220,39</b>	<b>1 475,06</b>	<b>40,34</b>

Мед.сестра \_\_\_\_\_

Барина Н.Ю.