



Утверждаю

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

МЕНЮ

7 августа 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	150	11,13	12,74	3,02	171,57	0,28
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,56	2,62	2,27	35,08	0,85
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,40	3,40	18,99	120,91	0,57
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,72	1,06	17,70	91,50	0,00
Итого			395	17,81	19,82	41,98	419,06	1,70
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	133	0,67	0,13	13,47	57,33	2,67
Итого			133	0,67	0,13	13,47	57,33	2,67
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,54	3,96
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	265/45	9,46	7,49	25,27	206,81	6,53
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	8	0,10	0,01	0,25	1,55	0,96
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	225/45	12,27	8,69	16,16	194,88	42,93
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	210	0,18	0,08	16,22	67,61	15,52
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,78	0,15	11,68	55,13	0,00
Итого			890	26,10	16,72	83,29	592,71	69,90
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	220	3,24	3,38	16,50	110,90	21,98
2008	479	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	90	4,91	4,81	50,64	265,36	0,16
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,23	0,01	14,77	61,48	1,32
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,64	1,03	17,17	88,76	0,00
Итого			550	11,02	9,23	99,08	526,50	23,46
Всего			55,60	45,90	237,82	1 595,60	97,73	

Мед.сестра Барина Н.Ю. Барина Н.Ю.