



Утверждаю

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

МЕНЮ

9 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								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,38	3,36	28,88	170,96	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	122	3,60	3,97	5,83	74,44	0,66
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	15,11	61,10	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,71	11,86	61,33	0,00
Итого			466	11,96	8,04	61,68	367,83	0,69
II Завтрак								
	442	СОК ПЕРСИКОВО-БАНАНОВЫЙ	105	0,51	0,11	10,31	43,90	0,84
Итого			105	0,51	0,11	10,31	43,90	0,84
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	45	0,49	4,12	2,69	50,23	0,99
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ	260/8	2,01	5,43	13,57	115,74	6,48
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	14,51	8,30	9,53	171,07	0,20
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,13	1,14	22,47	108,65	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,27	1,04	1,97	18,42	0,32
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0,44	0,09	18,16	75,96	0,86
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,22	10,71	51,53	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
Итого			786	23,00	20,46	88,84	637,54	8,85
Уплотненный ужин								
2008	146	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	105	5,30	10,51	19,69	194,82	3,06
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	38	0,30	0,04	0,64	4,93	1,89
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,51	0,24	20,68	95,63	53,37
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,71	11,86	61,33	0,00
Итого			367	7,93	11,50	52,87	356,71	58,32
Всего				43,40	40,11	213,70	1 405,98	68,70

Мед.сестра

Барина Н.Ю.

Барина Н.Ю.