



Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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	224	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННОЙ	155/20	24,42	14,42	31,53	357,61	0,41
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,63	4,01	17,65	117,56	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,07	2,11	16,36	93,30	0,40
Итого			410	29,12	20,54	65,54	568,47	0,81
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,61	2,86	2,23	37,85	4,20
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	270/45/8	7,48	7,64	14,66	161,68	0,97
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	230/50	9,60	7,92	27,29	219,61	1,37
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,58	0,29	20,95	98,15	58,09
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,54	0,21	9,89	47,59	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,38	0,12	9,04	42,66	0,00
Итого			893	21,19	19,04	84,06	607,54	64,63
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	250	3,70	3,43	19,53	125,47	24,45
2008	479	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	65/10	9,45	8,70	38,32	269,87	0,11
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ	230	0,15	0,08	19,02	79,23	2,10
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,57	1,00	16,70	86,33	0,00
Итого			588	15,87	13,21	93,57	560,90	26,66
Всего				67,68	53,29	264,17	1 832,91	102,10

Мед.сестра _____

Баринаова Н.Ю.