



Утверждаю

Директор
с. Жигули
Исакова Е.В./

МЕНЮ

20 августа 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	224	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ПОВИДЛОМ	160/20	22,81	12,84	37,32	360,03	0,29
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/7	3,60	3,12	10,74	86,08	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,28	2,35	16,21	95,66	0,42
Итого			412	28,69	18,31	64,27	541,77	0,73
II Завтрак								
		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								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,45	0,08	1,55	9,80	10,21
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/40/10	7,75	7,32	16,99	170,14	19,99
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5	0,06	0,00	0,16	0,96	0,60
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	65	12,73	11,99	8,31	192,33	0,50
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,76	2,64	26,09	151,08	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,21	0,93	1,56	15,59	0,38
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	195	0,00	0,00	12,45	49,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,89	0,25	12,11	58,27	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,69	0,14	11,13	52,51	0,00
Итого			806	30,54	23,35	90,35	700,44	31,68
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200	6,24	6,04	26,00	183,68	0,72
2008		ПЕЧЕНЬЕ	29	2,14	2,80	21,26	119,14	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	214	6,00	5,36	9,66	121,09	1,50
2005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,65	0,64	10,74	55,50	0,00
Итого			464	16,03	14,84	67,66	479,41	2,22
Всего				76,76	57,00	243,28	1 817,62	44,63

Мед.сестра _____

Барина

Барина Н.Ю.