



Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	115	8,37	10,21	2,27	134,68	0,21
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	21	0,38	1,78	1,55	23,91	0,58
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,62	2,54	16,83	101,26	0,42
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,86	0,72	12,07	62,40	0,00
Итого			340	13,23	15,25	32,72	322,25	1,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	136	0,68	0,14	13,77	58,64	2,73
Итого			136	0,68	0,14	13,77	58,64	2,73
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,01	5,67	4,05
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	285/45	9,83	7,60	26,33	213,45	7,51
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7	0,09	0,01	0,20	1,27	0,78
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	215/45	12,39	8,86	15,33	193,29	40,53
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	190	0,17	0,07	14,45	60,30	14,11
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,44	0,19	9,25	44,50	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,28	0,11	8,41	39,68	0,00
Итого			865	25,52	16,88	74,98	558,16	66,98
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ	195/18	39,00	25,67	27,21	503,36	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,22	0,01	12,84	53,37	1,08
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,48	0,48	11,77	56,43	12,01
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,80	0,70	11,71	60,53	0,00
Итого			562	41,50	26,86	63,53	673,69	13,56
Всего				80,93	59,13	185,00	1 612,74	84,48

Мед.сестра Барина Н.Ю. Барина Н.Ю.