



Утверждаю

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

# МЕНЮ

23 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,06	3,18	27,43	162,40	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	154	4,56	5,02	7,38	94,28	0,84
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	14,37	58,04	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,73	0,68	11,27	58,28	0,00
<b>Итого</b>			<b>496</b>	<b>12,51</b>	<b>8,88</b>	<b>60,45</b>	<b>373,00</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВО-БАНАНОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>	<b>0,80</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	45	0,47	3,45	2,54	43,30	0,92
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ	260/8	2,06	5,19	14,22	116,15	6,81
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	12,01	6,37	7,50	135,64	0,21
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	115	2,03	1,10	21,34	103,24	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,23	0,98	1,65	16,43	0,40
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0,45	0,09	17,50	73,28	0,82
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,56	0,21	9,96	47,93	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,37	0,11	9,00	42,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>764</b>	<b>20,18</b>	<b>17,50</b>	<b>83,71</b>	<b>578,47</b>	<b>9,16</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
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	0,65	4,94	1,90
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,56	0,27	20,81	97,72	60,70
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,73	0,68	11,27	58,28	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>7,89</b>	<b>11,50</b>	<b>52,42</b>	<b>355,76</b>	<b>65,66</b>
<b>Всего</b>				<b>41,07</b>	<b>37,98</b>	<b>206,38</b>	<b>1 348,94</b>	<b>76,49</b>

Мед.сестра

*Барина*

Барина Н.Ю.