



Утверждаю

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

## МЕНЮ

26 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,58	5,41	34,21	216,49	0,54
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,76	3,67	12,01	88,42	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,11	3,11	17,39	110,83	0,52
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,45</b>	<b>12,19</b>	<b>63,61</b>	<b>415,74</b>	<b>1,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
2016	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,63</b>	<b>53,75</b>	<b>2,50</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	70	0,98	1,77	4,17	37,37	4,47
2008	83	ЩИ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ	250	6,04	1,90	12,74	93,33	17,58
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/40	14,35	4,96	4,56	140,50	10,95
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115	4,45	1,52	28,51	145,68	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	210	0,00	0,00	12,11	48,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,48	0,12	9,73	45,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>803</b>	<b>28,96</b>	<b>10,49</b>	<b>82,42</b>	<b>562,19</b>	<b>33,00</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	5,76	5,40	21,61	158,97	0,69
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	29	1,67	1,33	21,22	103,55	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,15	0,00	12,81	51,79	0,03
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,66	11,06	57,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>451</b>	<b>9,28</b>	<b>7,39</b>	<b>66,70</b>	<b>371,50</b>	<b>0,72</b>
<b>Всего</b>				<b>51,32</b>	<b>30,20</b>	<b>225,36</b>	<b>1 403,18</b>	<b>37,28</b>

Мед.сестра

*Барина*

Барина Н.Ю.