



Утверждаю

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

МЕНЮ

3 сентября 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	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ПОВИДЛОМ	180/20	27,71	15,50	35,57	397,50	0,33
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	4,12	3,11	15,66	107,69	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,02	2,06	17,06	95,29	0,37
Итого			437	33,85	20,67	68,29	600,48	0,72
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ.	117	1,75	0,58	24,50	112,01	11,67
Итого			117	1,75	0,58	24,50	112,01	11,67
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,51	9,53	9,92
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/40/10	7,60	6,95	15,09	157,76	20,18
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5	0,07	0,01	0,16	0,97	0,60
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	13,16	12,00	10,14	201,35	0,51
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,56	3,06	29,68	172,15	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,21	0,82	1,48	14,20	0,42
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	220	0,00	0,00	13,72	54,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,96	0,24	19,47	91,88	0,00
Итого			846	32,66	23,38	101,85	753,66	31,63
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200	5,75	5,65	25,96	177,87	0,63
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	225	6,30	5,63	10,15	127,15	1,58
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,41	0,94	15,66	80,94	0,00
Итого			481	16,34	14,67	70,37	490,21	2,21
Всего			84,60	59,30	265,01	1 956,36	46,23	

Мед.сестра Барина Н.Ю. Барина Н.Ю.