

Утверждаю

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



МЕНЮ

9 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,08	5,01	37,54	228,33	0,52
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,94	3,74	13,20	94,54	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,00	3,00	17,67	110,45	0,50
Итого			410	13,02	11,75	68,41	433,32	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,56	0,11	11,22	47,78	2,22
Итого			111	0,56	0,11	11,22	47,78	2,22
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	55	0,79	1,50	3,87	32,65	3,68
2008	83	ЩИ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ	250	6,72	1,64	13,10	95,11	17,66
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/40	14,26	4,71	4,26	135,44	10,97
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	5,35	1,75	34,20	174,01	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	195	0,00	0,00	12,91	51,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,13	0,28	13,66	65,72	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,89	0,16	12,44	58,69	0,00
Итого			790	31,14	10,04	94,44	613,22	32,31
Уплотненный ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ	200	5,50	5,13	20,51	151,02	0,67
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	29	1,67	1,33	21,22	103,55	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	14,24	57,37	0,02
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,73	12,25	63,31	0,00
Итого			453	9,17	7,19	68,22	375,25	0,69
Всего				53,89	29,09	242,29	1 469,57	36,24

Мед.сестра

Барина Н.Ю.