

Утверждаю



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

МЕНЮ

12 сентября 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,84 | 5,48 | 27,06 | 180,86 | 0,59 |
| к/к | к/к | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25/5 | 2,19 | 3,84 | 14,79 | 102,80 | 0,00 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 185 | 3,30 | 3,31 | 16,01 | 108,16 | 0,48 |
| Итого | | | 415 | 11,33 | 12,63 | 57,86 | 391,82 | 1,07 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 105 | 0,53 | 0,11 | 10,63 | 45,26 | 2,11 |
| Итого | | | 105 | 0,53 | 0,11 | 10,63 | 45,26 | 2,11 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 29 | 0,23 | 0,03 | 0,72 | 4,01 | 2,87 |
| 2008 | 92 | СУП С КЛЕЦКАМИ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 250/45/8 | 7,48 | 6,37 | 22,13 | 178,32 | 5,80 |
| 2008 | 250 | СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) | 65 | 9,30 | 4,44 | 4,33 | 94,61 | 0,18 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 145 | 3,72 | 2,75 | 26,52 | 146,19 | 13,04 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С | 185 | 0,00 | 0,00 | 12,23 | 48,89 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 28 | 1,86 | 0,25 | 11,94 | 57,43 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,66 | 0,14 | 10,88 | 51,38 | 0,00 |
| Итого | | | 775 | 24,25 | 13,98 | 88,75 | 580,83 | 21,89 |
| Уплотненный ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 479 | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНКОЙ | 115/20 | 7,69 | 8,34 | 40,47 | 268,11 | 0,38 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 86 | 0,34 | 0,34 | 8,40 | 40,30 | 8,57 |
| 2008 | 441 | КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА | 150 | 0,35 | 0,15 | 16,40 | 74,82 | 42,10 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 28 | 2,13 | 0,83 | 13,84 | 71,57 | 0,00 |
| Итого | | | 399 | 10,51 | 9,66 | 79,11 | 454,80 | 51,05 |
| Всего | | | | 46,62 | 36,38 | 236,35 | 1 472,71 | 76,12 |

Мед.сестра

Барина Н.Ю.