

Утверждаю



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

# МЕНЮ

13 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ	200	4,42	4,78	20,79	144,76	0,58
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	3,31	2,30	14,17	91,10	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,15	0,00	13,75	55,56	0,03
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>7,88</b>	<b>7,08</b>	<b>48,71</b>	<b>291,42</b>	<b>0,63</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,64</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,57	2,51	1,68	32,68	1,50
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/45	5,91	5,52	13,91	129,23	6,92
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	8,49	8,57	14,14	169,02	24,78
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	200	0,00	0,00	29,20	116,79	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
<b>Итого</b>			<b>785</b>	<b>18,99</b>	<b>17,04</b>	<b>85,03</b>	<b>572,13</b>	<b>33,20</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,93	5,69	25,86	179,31	0,58
2008		ВАФЛИ	22	0,60	0,71	16,66	76,31	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,16	0,03	16,83	70,05	3,57
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,25	0,88	14,61	75,54	0,00
<b>Итого</b>			<b>451</b>	<b>8,94</b>	<b>7,31</b>	<b>73,96</b>	<b>401,21</b>	<b>4,15</b>
<b>Всего</b>				<b>39,31</b>	<b>34,56</b>	<b>213,34</b>	<b>1 335,40</b>	<b>38,86</b>

Мед.сестра

Барина Н.Ю.