

Утверждаю



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

МЕНЮ

24 октября 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	160	5,35	1,86	34,20	175,09	0,00
2012		КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	22	0,65	0,04	1,36	8,36	0,86
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	14,02	56,56	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,84	0,72	11,95	61,76	0,00
Итого			406	7,96	2,62	61,53	301,77	0,88
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	86	0,34	0,34	8,40	40,28	8,57
Итого			86	0,34	0,34	8,40	40,28	8,57
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,42	0,05	0,89	6,80	2,62
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	250/45/25	19,64	11,18	32,72	310,54	5,39
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/40	13,21	3,66	3,99	120,18	10,09
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,11	2,25	22,27	122,25	10,97
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,06	0,06	16,78	68,28	0,64
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,17	8,31	40,01	0,00
Итого			827	37,74	17,37	84,96	668,06	29,71
Уплотненный ужин								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6,19	5,87	29,91	198,22	0,64
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	27	1,54	1,23	19,58	95,58	0,00
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,50	0,21	23,59	107,86	61,53
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
Итого			457	10,54	8,21	88,11	479,36	62,17
Всего				56,58	28,54	243,00	1 489,47	101,33

Мед.сестра

Барина Н.Ю.