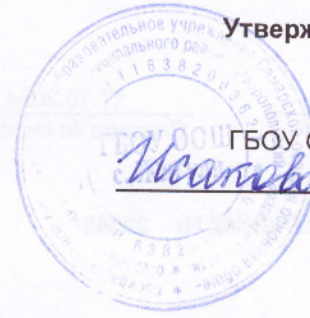


Утверждаю



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

# МЕНЮ

31 октября 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,46	6,81	25,69	190,65	0,58
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,92	3,73	13,04	93,74	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,89	3,95	17,45	122,16	0,58
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,27</b>	<b>14,49</b>	<b>56,18</b>	<b>406,55</b>	<b>1,16</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	96	0,38	0,38	9,37	44,96	9,57
<b>Итого</b>			<b>96</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,37</b>	<b>44,96</b>	<b>9,57</b>
<b>Обед</b>								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	55	0,99	2,44	6,09	51,04	9,44
2012	62	БОРЩ С КУРИЦЕЙ	250/40	9,66	8,06	19,03	188,10	16,95
2012	304	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	220/45	8,33	7,20	26,71	205,30	1,13
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	200	0,00	0,00	28,54	114,08	0,00
		ЧЕСНОК	4	0,26	0,02	1,18	5,92	0,16
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,31	0,31	14,76	71,03	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,07	0,16	13,60	64,17	0,00
<b>Итого</b>			<b>874</b>	<b>23,62</b>	<b>18,19</b>	<b>109,91</b>	<b>699,64</b>	<b>27,68</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	47	0,38	0,05	0,80	6,10	2,34
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	4,04	2,78	28,47	155,55	13,98
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	13,94	56,21	0,02
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,86	0,72	12,09	62,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>6,40</b>	<b>3,55</b>	<b>55,30</b>	<b>280,37</b>	<b>16,34</b>
<b>Всего</b>				<b>42,67</b>	<b>36,61</b>	<b>230,76</b>	<b>1 431,52</b>	<b>54,75</b>

Мед.сестра

*Барина*

Барина Н.Ю.