

Утверждаю



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

МЕНЮ

2 ноября 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,01	5,27	37,51	230,01	0,49
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,40	3,92	16,20	110,06	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,27	3,28	18,60	117,82	0,55
Итого			415	13,68	12,47	72,31	457,89	1,04
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	130	0,65	0,13	13,17	56,09	2,61
Итого			130	0,65	0,13	13,17	56,09	2,61
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	70	1,34	2,64	7,22	59,08	13,09
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/40/8	6,71	5,98	26,92	192,64	10,17
2008	258	АЗУ С ГОВЯДИНОЙ	220/45	7,48	6,39	32,45	218,05	16,45
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	190	0,00	0,00	13,05	52,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,38	0,18	8,85	42,57	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,47	0,20	16,30	76,89	0,00
Итого			874	19,38	15,39	104,79	641,39	39,71
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	130/20	7,55	8,93	51,31	316,04	0,43
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,60	0,09	5,30	25,19	1,35
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	14,17	57,20	0,03
Итого			410	8,29	9,02	70,78	398,43	1,81
Всего				42,00	37,01	261,05	1 553,80	45,17

Мед.сестра

Барина Н.Ю.