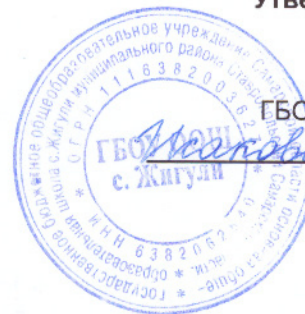


Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
6 ноября 2024 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	120/19	8,67	9,31	3,90	134,32	1,03
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,67	3,70	16,75	116,22	0,54
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,02	0,79	13,13	67,87	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>14,36</b>	<b>13,80</b>	<b>33,78</b>	<b>318,41</b>	<b>1,57</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	155	4,34	3,88	7,00	87,69	1,09
<b>Итого</b>			<b>155</b>	<b>4,34</b>	<b>3,88</b>	<b>7,00</b>	<b>87,69</b>	<b>1,09</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	40	0,69	1,71	3,43	32,10	5,51
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	250/45	8,90	7,08	22,59	189,73	5,14
2008	234	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	9,19	3,19	4,55	83,73	0,34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,84	1,53	26,47	142,78	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,19	0,68	1,31	12,23	0,41
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	195	0,09	0,01	16,31	67,41	1,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,07	0,16	13,60	64,17	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,31	0,31	14,76	71,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>29,28</b>	<b>14,67</b>	<b>103,02</b>	<b>663,18</b>	<b>13,02</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ	125/15	24,12	15,97	23,28	337,82	0,29
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,16	0,00	13,06	53,63	0,72
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,02	0,79	13,13	67,87	0,00
		МАРМЕЛАД ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ	28	0,40	2,46	17,18	93,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>26,70</b>	<b>19,22</b>	<b>66,65</b>	<b>552,71</b>	<b>1,01</b>
<b>Всего</b>				<b>74,68</b>	<b>51,57</b>	<b>210,45</b>	<b>1 621,99</b>	<b>16,69</b>

Мед.сестра

*Барина*

Барина Н.Ю.