

Утверждаю

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



## МЕНЮ

4 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	125/16	9,53	10,21	3,82	145,52	0,93
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,70	3,76	15,99	113,81	0,56
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,08	0,81	13,55	70,07	0,00
<b>Итого</b>			<b>343</b>	<b>15,31</b>	<b>14,78</b>	<b>33,36</b>	<b>329,40</b>	<b>1,49</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	103	1,54	0,51	21,62	98,82	10,29
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>1,54</b>	<b>0,51</b>	<b>21,62</b>	<b>98,82</b>	<b>10,29</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	40	0,69	1,75	3,62	33,35	5,64
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	250/45	8,55	6,88	22,46	186,10	5,94
2008	234	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	9,46	3,53	4,59	88,15	0,38
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,69	1,49	25,80	139,19	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,17	0,58	1,47	11,88	0,38
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	195	0,09	0,01	16,24	67,01	1,58
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	215	17,50	1,43	115,10	543,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,71	61,18	0,00
<b>Итого</b>			<b>990</b>	<b>44,14</b>	<b>15,93</b>	<b>201,99</b>	<b>1 130,07</b>	<b>13,92</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ	135/15	25,33	18,31	27,53	380,80	0,33
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,20	0,00	12,43	51,18	0,71
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,08	0,81	13,55	70,07	0,00
		МАРМЕЛАД ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ	24	0,34	2,10	14,66	79,66	0,00
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>27,95</b>	<b>21,22</b>	<b>68,17</b>	<b>581,71</b>	<b>1,04</b>
<b>Всего</b>				<b>88,94</b>	<b>52,44</b>	<b>325,14</b>	<b>2 140,00</b>	<b>26,74</b>

Мед. сестра

Барина Н.Ю.