

Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

/Исакова Е.В./

# МЕНЮ

18 февраля 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,78	5,27	27,25	179,53	0,57
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/7	3,49	2,81	12,02	87,85	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,58	1,55	15,41	82,30	0,30
<b>Итого</b>			<b>432</b>	<b>10,85</b>	<b>9,63</b>	<b>54,68</b>	<b>349,68</b>	<b>0,89</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	98	1,47	0,49	20,58	94,08	9,80
<b>Итого</b>			<b>98</b>	<b>1,47</b>	<b>0,49</b>	<b>20,58</b>	<b>94,08</b>	<b>9,80</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	54	0,44	0,05	0,92	7,07	2,72
2008	83	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/40/8	7,00	8,29	12,15	158,93	9,77
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	13,16	12,04	8,77	196,27	0,52
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,32	2,45	23,37	129,28	11,46
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	210	0,00	0,00	12,77	51,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,43	0,19	9,16	44,06	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,27	0,11	8,37	39,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>26,62</b>	<b>23,13</b>	<b>75,51</b>	<b>626,21</b>	<b>24,47</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	170/20	26,17	14,50	29,98	359,93	0,32
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	65	0,69	0,14	6,77	32,08	1,81
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,59	0,28	20,76	98,39	64,69
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,85	0,72	12,02	62,16	0,00
<b>Итого</b>			<b>479</b>	<b>29,30</b>	<b>15,64</b>	<b>69,53</b>	<b>552,56</b>	<b>66,82</b>
<b>Всего</b>				<b>68,24</b>	<b>48,89</b>	<b>220,30</b>	<b>1 622,53</b>	<b>101,98</b>

Мед.сестра

Барина Н.Ю.