

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./



МЕНЮ

11 марта 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,58	6,42	27,81	196,19	0,68
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	4,30	3,58	13,97	106,04	0,03
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,83	1,84	15,80	97,57	0,34
го			437	12,71	11,84	57,58	389,80	1,05
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	147	2,21	0,74	30,95	141,48	14,74
Итого			147	2,21	0,74	30,95	141,48	14,74
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	40	0,39	3,60	2,16	42,92	0,79
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ	240/45	6,90	6,52	12,25	135,62	0,83
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	200/50	11,55	9,57	22,49	222,94	1,30
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	200	0,00	0,00	28,18	112,70	0,00
		ЧЕСНОК	5	0,31	0,02	1,43	7,10	0,20
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,60	0,21	10,26	49,37	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,45	0,12	9,48	44,74	0,00
Итого			822	22,20	20,04	86,25	615,39	3,12
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	205	3,00	2,39	15,19	95,57	20,64
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	125	0,50	0,50	12,26	58,80	12,51
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,13	0,07	17,86	74,11	1,82
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,15	0,84	13,97	72,24	0,00
Итого			558	5,78	3,80	55,28	300,72	34,97
Всего				42,90	36,42	234,06	1 447,39	53,88

Мед.сестра

Барина Н.Ю.