



Утверждаю

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

## МЕНЮ

24 марта 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,56	5,60	34,47	219,18	0,51
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,99	3,76	13,48	95,98	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,98	2,97	17,61	109,79	0,51
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,53</b>	<b>12,33</b>	<b>65,56</b>	<b>424,95</b>	<b>1,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,54	0,11	10,82	46,07	2,14
<b>Итого</b>			<b>107</b>	<b>0,54</b>	<b>0,11</b>	<b>10,82</b>	<b>46,07</b>	<b>2,14</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	65	0,94	1,55	4,22	35,20	4,26
2008	83	ЩИ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ	250	6,69	1,67	13,02	95,11	17,42
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/40	14,06	4,90	4,09	136,12	10,78
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	5,35	1,77	34,20	174,30	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	195	0,00	0,00	12,45	49,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,17	8,33	40,06	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,30	0,18	15,12	71,36	0,00
<b>Итого</b>			<b>793</b>	<b>30,64</b>	<b>10,24</b>	<b>91,43</b>	<b>601,91</b>	<b>32,46</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	5,65	5,07	21,69	155,85	0,66
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	38	2,14	1,71	27,29	133,13	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	13,48	54,60	0,04
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,93	0,75	12,53	64,75	0,00
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>9,88</b>	<b>7,53</b>	<b>74,99</b>	<b>408,33</b>	<b>0,70</b>
<b>Всего</b>				<b>53,59</b>	<b>30,21</b>	<b>242,80</b>	<b>1 481,26</b>	<b>36,31</b>

Мед.сестра \_\_\_\_\_

Барина Н.Ю.