



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

МЕНЮ

28 марта 2025 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,45	4,94	21,49	149,09	0,57
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА1 СОРТ	29/7	2,19	0,85	14,26	73,69	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,15	0,00	14,51	58,60	0,03
Итого			436	6,79	5,79	50,26	281,38	0,60
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	195	5,46	4,88	8,79	110,19	1,37
Итого			195	5,46	4,88	8,79	110,19	1,37
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,14	1,92	29,10	170,90	9,34
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	55	0,50	2,98	1,56	35,99	1,34
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	205	14,10	14,75	14,78	249,52	24,80
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	200	0,00	0,00	28,22	112,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,45	0,33	15,68	75,46	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,17	0,17	14,28	67,39	0,00
Итого			774	28,36	20,15	103,62	712,12	35,48
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,00	8,28	31,08	227,83	0,68
2008		ВАФЛИ	20	0,54	0,64	15,00	68,68	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	215	0,17	0,03	17,88	74,39	3,96
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,26	0,88	14,70	75,97	0,00
Итого			464	9,97	9,83	78,66	446,87	4,64
Всего				50,58	40,65	241,33	1 550,56	42,09

Мед.сестра _____

Барина Н.Ю.