

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

/Исакова Е.В./



МЕНЮ
9 апреля 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	125	8,39	10,05	2,58	134,66	0,25
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	34	0,63	2,96	2,56	39,60	0,96
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,02	2,98	18,23	112,45	0,50
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,19	0,85	14,22	73,52	0,00
Итого			367	14,23	16,84	37,59	360,23	1,71
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	85	0,34	0,34	8,35	40,05	8,52
Итого			85	0,34	0,34	8,35	40,05	8,52
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	32	0,35	0,06	1,21	7,66	7,98
2012	64	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/46/5	6,77	7,20	10,65	137,04	5,21
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	8	0,10	0,01	0,24	1,50	0,93
2008	258	АЗУ С ГОВЯДИНОЙ	216/45	8,81	7,69	28,56	219,78	14,59
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ СМОРОДИНЫ С ВИТАМИНОМ" С"	200	0,16	0,06	14,22	59,10	12,52
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,48	0,33	15,72	75,65	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,17	0,17	14,29	67,43	0,00
Итого			864	20,82	15,52	84,89	568,16	41,23
Уплотненный ужин								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6,19	0,78	30,54	199,69	0,61
2008		СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	219	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,19	0,85	14,22	73,52	0,00
Итого			447	8,38	0,83	44,76	273,21	0,61
Всего				43,77	38,33	175,59	1 241,65	52,07

Мед.сестра

Баринаева Н Ю.

ГБОУ ООШ с. Жигули
 МАШИНИСТСКО-БУРОВО СЛУБОВОПТРСКИЕ СУМЬСКОЙ ОБЛАСЛИ
 ОСНОВНУЮ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ШКОЛУ С ЖИЛАТИ
 СУМЬСКОЙ ОБЛАСЛИ
 ЛОСАТУЛЬСВЕННОЕ РЮТКЕЛНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ