

Утверждаю

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



# МЕНЮ

22 апреля 2025 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	224	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕНКОЙ	160/20	25,29	15,09	32,82	372,60	0,50
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,40	3,92	16,15	109,82	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,56	1,54	15,28	81,59	0,29
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>29,25</b>	<b>20,55</b>	<b>64,25</b>	<b>564,01</b>	<b>0,79</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	121	1,81	0,60	25,35	115,87	12,07
<b>Итого</b>			<b>121</b>	<b>1,81</b>	<b>0,60</b>	<b>25,35</b>	<b>115,87</b>	<b>12,07</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,63	1,77	2,26	28,36	4,60
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	225/45/8	6,01	7,37	11,94	143,93	0,72
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5	0,06	0,00	0,16	0,96	0,60
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	170/50	7,56	7,03	21,69	180,72	0,93
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,41	0,21	18,18	83,11	42,07
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,40	0,32	15,35	73,85	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,11	0,17	13,93	65,75	0,00
<b>Итого</b>			<b>815</b>	<b>19,18</b>	<b>16,87</b>	<b>83,51</b>	<b>576,68</b>	<b>48,92</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	205	3,01	3,19	15,64	104,60	20,68
2008	479	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	55/10	8,12	7,82	33,76	238,02	0,08
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ	190	0,11	0,06	17,77	73,41	1,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,34	0,91	15,20	78,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>13,58</b>	<b>11,98</b>	<b>82,37</b>	<b>494,62</b>	<b>22,28</b>
<b>Всего</b>				<b>63,82</b>	<b>50,00</b>	<b>255,48</b>	<b>1 751,18</b>	<b>84,06</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

Барина Н.Ю.