



Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	224	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ПОВИДЛОМ	135/20	20,48	11,04	29,25	301,62	0,24
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/7	3,24	2,32	13,26	87,44	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,98	2,03	15,81	89,92	0,37
Итого			387	25,70	15,39	58,32	478,98	0,63
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	93	1,39	0,46	19,46	88,94	9,26
Итого			93	1,39	0,46	19,46	88,94	9,26
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	55	0,71	2,10	2,54	32,84	5,09
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/40/10	7,53	7,23	14,26	158,07	18,77
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6	0,08	0,01	0,18	1,14	0,70
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	13,29	12,15	8,02	194,78	0,53
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,40	2,16	29,00	160,69	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,18	0,86	1,18	13,30	0,41
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	12,52	50,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,20	0,29	14,09	67,78	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,94	0,16	12,75	60,13	0,00
Итого			838	32,33	24,96	94,54	738,81	25,50
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200	5,85	4,90	26,39	173,16	0,62
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24	1,76	2,31	17,51	98,12	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	172	4,82	4,30	7,76	97,23	1,20
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,04	0,79	13,26	68,56	0,00
Итого			422	14,47	12,30	64,92	437,07	1,82
Всего				73,89	53,11	237,24	1 743,80	37,21

Мед.сестра

Барина Н.Ю.