

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

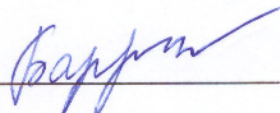
МЕНЮ

30 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	125	8,66	10,07	2,52	135,60	0,24
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	25	0,76	0,05	1,58	9,76	1,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,93	2,88	17,47	108,26	0,48
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,98	1,16	19,39	100,25	0,00
Итого			369	15,33	14,16	40,96	353,87	1,72
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	97	0,48	0,10	9,77	41,61	1,94
Итого			97	0,48	0,10	9,77	41,61	1,94
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	70	0,96	1,41	3,39	31,48	7,36
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	225/45	7,22	5,36	20,82	160,78	5,98
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	10	0,12	0,01	0,30	1,85	1,14
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	195/45	9,75	6,25	14,83	157,15	38,33
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	180	0,16	0,06	14,53	60,35	12,52
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,16	0,29	13,81	66,45	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,01	0,16	13,19	62,24	0,00
Итого			828	22,38	13,54	80,87	540,30	65,33
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	120/20	7,40	7,53	47,78	288,82	0,37
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,19	0,00	12,94	53,23	0,65
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	128	0,51	0,51	12,52	60,06	12,78
Итого			473	8,10	8,04	73,24	402,11	13,80
Всего				46,29	35,84	204,84	1 337,89	82,79

Мед.сестра



Барина Н.Ю.