

Утверждаю

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

11 июня 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	115	8,23	9,86	2,17	130,63	0,20
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	16	0,49	0,03	1,03	6,30	0,65
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,47	2,39	17,24	100,89	0,4
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,68	0,66	10,96	56,66	0,00
Итого			333	12,87	12,94	31,40	294,48	1,25
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	141	3,94	3,52	6,34	79,47	0,98
Итого			141	3,94	3,52	6,34	79,47	0,98
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,05	1,24	6,93	4,95
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	250/45	9,07	7,35	22,43	192,69	6,26
		ЛУК ЗЕЛЕНЬЙ	5	0,07	0,01	0,16	0,97	0,60
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	205/45	12,12	8,88	14,53	189,19	37,37
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	200	0,17	0,07	15,21	63,40	14,55
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,09	0,16	13,69	64,61	0,00
Итого			860	26,24	16,83	82,10	589,18	63,7
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННОЙ	120/20	8,84	11,45	48,88	334,15	0,38
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,21	0,00	13,81	56,79	0,76
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	121	0,48	0,48	11,86	56,90	12,11
Итого			466	9,53	11,93	74,55	447,84	13,25
Всего				52,58	45,22	194,39	1 410,97	79,21

Мед.сестра

Барина Н.Ю.