

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

3 июля 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,20	5,23	24,21	164,81	0,53
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2,13	3,82	14,44	100,96	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,08	3,05	16,78	108,03	0,44
Итого			405	10,41	12,10	55,43	373,80	0,97
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	154	0,77	0,15	15,54	66,15	3,08
Итого			154	0,77	0,15	15,54	66,15	3,08
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	69	0,55	0,07	1,71	9,59	6,85
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ,КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/45/8	11,38	11,00	20,55	233,17	4,81
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	70	10,21	5,07	4,42	104,33	0,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,99	2,29	20,92	116,71	10,25
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	215	0,00	0,00	14,15	56,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,80	0,37	17,93	86,29	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,50	0,20	16,47	77,75	0,00
Итого			844	30,43	19,00	96,15	684,40	22,09
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНКОЙ	125/20	9,37	11,46	50,68	343,82	0,42
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	0,35	0,35	8,63	41,39	8,81
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,38	0,16	18,06	82,40	46,15
Итого			383	10,10	11,97	77,37	467,61	55,38
Всего				51,71	43,22	244,49	1 591,96	81,52

Мед.сестра

Барина Н.Ю.