

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

4 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,93	5,31	21,66	155,16	0,67
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45/7	5,34	3,51	24,30	150,84	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	14,87	60,12	0,04
Итого			452	10,43	8,82	60,83	366,12	0,73
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	161	4,50	4,02	7,25	90,82	1,12
Итого			161	4,50	4,02	7,25	90,82	1,12
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,55	2,83	1,68	35,62	1,47
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/45	6,37	6,58	11,38	130,53	5,65
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	9,42	10,68	13,57	189,23	21,45
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	205	0,00	0,00	34,79	139,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,46	0,33	15,74	75,76	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,16	0,17	14,26	67,28	0,00
Итого			793	20,96	20,59	91,42	637,54	28,57
Уплотненный ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	205	11,11	8,49	43,98	298,05	0,05
2008		ВАФЛИ	29	0,78	0,91	21,43	98,11	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	215	0,16	0,03	18,95	78,57	3,61
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
Итого			499	15,90	10,93	109,41	604,23	3,66
Всего				51,79	44,36	268,91	1 698,71	34,08

Мед.сестра

Барина Н.Ю.