



Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

12 августа 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	180/20	24,22	14,03	48,10	419,81	0,32
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/7	5,23	4,62	15,03	123,56	0,04
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,05	2,10	19,29	104,79	0,38
того			437	31,50	20,75	82,42	648,16	0,74
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,45	0,08	1,55	9,80	10,21
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/40/10	8,80	10,23	18,03	206,75	22,22
		ЛУК ЗЕЛЕНЬ	5	0,07	0,01	0,16	1,00	0,62
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	85	15,02	13,64	13,93	238,72	0,57
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,92	3,52	31,32	184,38	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,27	0,71	2,18	16,33	0,42
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	220	0,00	0,00	15,91	63,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,60	0,35	16,65	80,13	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,33	0,18	15,30	72,20	0,00
Итого			869	36,46	28,72	115,03	872,89	34,04
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200	6,03	6,41	28,37	195,38	0,65
2008		ПЕЧЕНЬЕ	36	2,68	3,50	26,57	148,93	0,00
2008		СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	193	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
Итого			459	11,02	10,81	69,97	422,01	0,65
Всего				80,48	60,78	288,42	2 039,06	45,43

Мед.сестра

Барина Н.Ю.