

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

13 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	135	8,50	12,11	2,78	154,40	0,27
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	23	0,68	0,05	1,44	8,82	0,91
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,21	3,18	20,14	122,76	0,53
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	58	4,49	1,75	29,22	151,08	0,00
Итого			396	16,88	17,09	53,58	437,06	1,71
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	167	0,83	0,17	16,83	71,67	3,33
Итого			167	0,83	0,17	16,83	71,67	3,33
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,33	0,04	1,03	5,77	4,12
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	315/45	11,47	8,29	31,81	248,22	8,20
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5	0,07	0,01	0,16	1,04	0,64
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	230/45	13,75	9,68	16,20	209,83	43,21
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	200	0,16	0,06	17,27	71,41	12,93
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,20	0,43	20,49	98,58	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,83	0,23	18,66	88,06	0,00
Итого			964	31,81	18,74	105,62	722,91	69,10
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННОЙ	135/20	9,71	11,47	53,59	356,84	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,17	0,00	15,74	64,35	0,75
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	125	0,50	0,50	12,22	58,62	12,47
Итого			485	10,38	11,97	81,55	479,81	13,72
Всего				59,90	47,97	257,58	1 711,45	87,86

Мед.сестра

Барина Н.Ю.