



Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

1 октября 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	125	8,64	9,72	2,68	133,03	0,26
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	26	0,79	0,05	1,64	10,08	1,04
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,10	3,10	16,97	108,99	0,52
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,25	0,88	14,61	75,54	0,00
Итого			360	14,78	13,75	35,90	327,64	1,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ВИНОГРАДНЫЙ	83	0,42	0,08	8,42	35,83	1,67
Итого			83	0,42	0,08	8,42	35,83	1,67
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	35	0,43	1,78	8,00	50,40	1,13
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	245/8	1,92	4,37	13,33	104,04	6,42
2008	234	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	70	8,17	3,29	2,34	72,26	1,16
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,55	2,46	25,12	144,51	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,07	0,07	15,02	61,40	0,72
		ЧЕСНОК	5	0,31	0,02	1,44	7,15	0,20
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,49	0,20	9,54	45,89	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,33	0,11	8,72	41,16	0,00
Итого			711	19,32	12,30	83,51	526,81	9,63
Всего				34,52	26,13	127,83	890,28	13,12

Мед.сестра

Барина Н.Ю.