

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ**5 ноября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,87	5,79	25,76	179,50	0,57
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/7	2,92	2,43	9,48	71,96	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,54	1,56	14,99	80,52	0,28
Итого			427	10,33	9,78	50,23	331,98	0,87
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	125	1,88	0,63	26,25	120,00	12,50
Итого			125	1,88	0,63	26,25	120,00	12,50
Обед								
2008	34	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ И МОРКОВИ	70	1,22	2,27	4,67	44,06	16,33
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ	230/45	6,16	5,85	12,93	129,32	0,81
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	195/50	10,69	8,60	25,12	221,11	1,20
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	195	0,00	0,00	22,93	91,67	0,00
		ЧЕСНОК	4	0,23	0,02	1,06	5,25	0,14
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,19	0,10	7,82	36,92	0,00
Итого			824	20,81	17,02	83,01	569,12	18,48
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	210	3,05	2,44	15,48	97,43	21,01
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ	210	0,13	0,07	17,97	74,76	1,90
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,46	0,57	9,48	49,03	0,00
Итого			439	4,64	3,08	42,93	221,22	22,91
Всего				37,66	30,51	202,42	1 242,32	54,76

Мед.сестра

Барина Н.Ю.