

Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

/Исакова Е.В./

МЕНЮ

6 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	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	120/21	8,77	9,50	4,16	137,62	1,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,85	3,91	17,23	120,92	0,58
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,65	0,64	10,76	55,64	0,00
Итого			347	14,27	14,05	32,15	314,18	1,69
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	167	4,67	4,17	7,52	94,18	1,17
Итого			167	4,67	4,17	7,52	94,18	1,17
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,43	0,05	0,91	6,93	2,67
2008	83	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/40/8	6,61	6,54	11,23	135,61	12,71
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60	11,89	10,75	9,67	183,05	0,46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,28	1,64	28,43	153,37	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,19	0,73	1,30	12,65	0,36
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	195	0,08	0,01	16,76	69,01	1,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,44	0,19	16,04	75,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,37	0,18	8,79	42,30	0,00
Итого			797	29,29	20,09	93,13	678,64	17,69
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ,ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕННОЙ	120/15	23,26	16,56	22,51	336,59	0,29
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,16	0,00	13,27	54,35	0,66
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,65	0,64	10,76	55,64	0,00
		МАРМЕЛАД ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ	19	0,27	1,65	11,53	62,69	0,00
Итого			380	25,34	18,85	58,07	509,27	0,95
Всего				73,57	57,16	190,87	1 596,27	21,50

Мед.сестра

Баринаева Н.Ю.