

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

7 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	160	5,35	1,77	34,20	174,30	0,00
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	33	0,60	2,81	2,43	37,57	0,91
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	13,03	52,60	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,71	0,66	11,09	57,35	0,00
Итого			415	7,78	5,24	60,75	321,82	0,93
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	143	0,71	0,14	14,43	61,43	2,86
Итого			143	0,71	0,14	14,43	61,43	2,86
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	55	0,92	1,78	3,99	36,12	8,18
2012	64	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И ЯЙЦОМ	255/0/5	3,43	6,20	12,41	123,88	6,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/40	13,47	3,84	3,93	123,49	10,33
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	3,00	2,22	20,95	116,25	10,26
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	190	0,06	0,06	15,32	62,46	0,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,27	0,18	14,95	70,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			783	24,47	14,46	80,03	573,55	35,40
Уплотненный ужин								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6,54	6,34	29,05	200,52	0,74
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	38	2,14	1,71	27,29	133,13	0,00
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,48	0,19	21,21	97,40	57,14
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,14	0,84	13,96	72,15	0,00
Итого			466	11,30	9,08	91,51	503,20	57,88
Всего				44,26	28,92	246,72	1 460,00	97,07

Мед.сестра

Барина Н.Ю.