

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

/Исакова Е.В./

МЕНЮ

3 декабря 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	145/37	10,96	10,96	5,11	163,14	1,73
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,68	3,72	17,73	120,25	0,55
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,04	0,80	13,29	68,69	0,00
Итого			384	16,68	15,48	36,13	352,08	2,28
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	196	5,48	4,89	8,82	110,56	1,37
Итого			196	5,48	4,89	8,82	110,56	1,37
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	50	0,81	1,73	4,02	35,30	6,82
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	260/45	13,79	11,46	21,11	242,74	4,85
2008	234	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	11,44	3,94	4,70	100,27	0,45
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,31	1,65	28,61	154,32	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,21	0,85	1,54	14,87	0,43
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	210	0,10	0,01	17,58	72,62	1,75
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,35	0,11	8,89	41,95	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,55	0,21	9,95	47,89	0,00
Итого			830	35,56	19,96	96,40	709,96	14,30
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕННОЙ	155/15	30,01	21,34	25,85	421,31	0,37
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,20	0,00	13,93	57,27	0,78
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,04	0,80	13,29	68,69	0,00
Итого			402	32,25	22,14	53,07	547,27	1,15
Всего				89,97	62,47	194,42	1 719,87	19,10

Мед.сестра

Барина Н.Ю.