

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Исакова Е.В./**МЕНЮ**

4 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	165	5,58	2,05	35,69	183,68	0,00
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	39	0,73	3,42	2,96	45,74	1,11
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,15	0,00	15,03	60,68	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
Итого			424	8,00	6,07	63,70	341,90	1,14
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	87	0,35	0,35	8,52	40,85	8,69
Итого			87	0,35	0,35	8,52	40,85	8,69
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	63	0,50	0,06	1,06	8,14	3,13
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	250/45/25	18,66	9,48	36,48	306,49	4,96
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90/40	15,24	6,39	4,56	164,73	11,30
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	3,00	2,10	21,10	115,79	10,35
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	205	0,07	0,07	17,56	71,44	0,66
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,61	0,21	10,32	49,66	0,00
Итого			857	39,08	18,31	91,08	716,25	30,40
Уплотненный ужин								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6,99	6,65	33,82	224,09	0,72
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	37	2,11	1,69	26,89	131,20	0,00
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,43	0,17	22,52	101,56	52,17
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,98	0,77	12,85	66,44	0,00
Итого			463	11,51	9,28	96,08	523,29	52,89
Всего				58,94	34,01	259,38	1 622,29	93,12

Мед.сестра

Барина Барина Н.Ю.