

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

16 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,83	7,47	27,66	206,39	0,77
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/7	2,19	2,31	3,61	44,33	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,05	2,10	18,49	101,53	0,38
Итого			417	11,07	11,88	49,76	352,25	1,17
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	140	2,10	0,70	29,40	134,40	14,00
Итого			140	2,10	0,70	29,40	134,40	14,00
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	35	0,38	2,76	2,07	34,85	0,76
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ	285/45	9,38	8,13	12,67	161,64	0,84
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	240/50	16,15	12,79	24,98	280,44	1,32
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	205	0,00	0,00	32,71	130,79	0,00
		ЧЕСНОК	5	0,32	0,03	1,47	7,35	0,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,30	0,11	8,57	40,43	0,00
Итого			881	27,53	23,82	82,47	655,50	3,12
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	235	3,51	2,01	19,25	110,38	23,06
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	127	0,51	0,51	12,42	59,59	12,68
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ	220	0,13	0,07	20,93	86,45	1,83
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	7	0,55	0,22	3,61	18,65	0,00
Итого			589	4,70	2,81	56,21	275,07	37,57
Всего				45,40	39,21	217,84	1 417,22	55,86

Мед.сестра

Барина Н.Ю.