



Директор
ГБОУ ООШ с.Жигули
Исакова Е.В./

МЕНЮ

4 февраля 2026 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	5,09	3,95	20,70	139,57	0,57
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,74	3,78	16,20	114,96	0,56
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,02	0,79	13,13	67,88	0,00
Итого			401	10,85	8,52	50,03	322,41	1,13
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	93	2,61	2,33	4,20	52,61	0,65
Итого			93	2,61	2,33	4,20	52,61	0,65
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	50	0,85	1,73	3,96	35,11	7,07
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ,ГОВЯДИНОЙ	250/45	6,60	5,32	20,88	157,96	5,22
2008	234	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	9,47	2,86	4,56	82,04	0,37
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,84	1,53	26,47	142,78	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,20	0,68	1,32	12,29	0,41
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,08	0,01	15,28	62,91	1,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,25	0,18	14,77	69,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,26	0,17	8,04	38,68	0,00
Итого			782	26,55	12,48	95,28	601,47	14,46
Уплотненный ужин								
2008	224	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ,ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕННОЙ	125/15	23,94	16,29	21,79	333,93	0,29
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,19	0,00	12,45	51,18	0,63
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,02	0,79	13,13	67,88	0,00
		МАРМЕЛАД ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ	17	0,25	1,54	10,74	58,36	0,00
Итого			388	26,40	18,62	58,11	511,35	0,92
Всего				66,41	41,95	207,62	1 487,84	17,16

Мед.сестра

Барина

Барина Н.Ю.