



Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

26 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	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	135/20	10,47	11,08	4,35	159,35	1,13
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2,06	3,79	13,94	98,38	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,92	3,98	16,99	120,78	0,60
Итого			370	16,45	18,85	35,28	378,51	1,73
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	98	0,39	0,39	9,59	45,99	9,78
Итого			98	0,39	0,39	9,59	45,99	9,78
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,70	1,52	2,77	28,66	11,20
2012	62	БОРЩ С КУРИЦЕЙ	250/40	15,06	12,48	18,90	249,12	16,58
2012	304	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	215/45	8,79	7,34	27,33	210,74	0,81
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	200	0,00	0,00	29,21	116,80	0,00
		ЧЕСНОК	5	0,30	0,02	1,37	6,80	0,19
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,35	0,18	8,63	41,55	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,39	0,19	15,68	74,02	0,00
Итого			849	28,59	21,73	103,89	727,69	28,78
Уплотненный ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,99	5,08	22,61	157,06	0,67
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	13,59	54,91	0,03
2008		ВАФЛИ	26	0,71	0,83	19,44	89,03	0,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,00	0,78	12,99	67,15	0,00
Итого			452	7,86	6,69	68,63	368,15	0,70
Всего				53,29	47,66	217,39	1 520,34	40,99

Мед.сестра

Барина Н.Ю.