

Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

2 марта 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,10	5,02	29,53	184,37	0,57
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,85	3,39	12,54	88,33	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,22	3,21	14,37	100,39	0,46
Итого			405	10,17	11,62	56,44	373,09	1,03
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	45	0,92	2,35	5,21	46,23	8,59
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	8,91	2,20	26,71	162,86	8,22
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	70	10,11	4,96	4,54	103,43	0,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	3,18	2,20	22,28	122,10	10,92
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,44	0,18	19,48	89,62	53,33
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,24	0,16	7,91	38,07	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,17	0,17	14,28	67,39	0,00
Итого			736	26,97	12,22	100,41	629,70	81,26
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,03	5,43	26,28	178,81	0,57
2008	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,87	5,68	30,69	193,17	0,08
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,06	0,06	14,08	57,53	0,63
Итого			435	10,96	11,17	71,05	429,51	1,28
Всего				48,60	35,11	238,00	1 475,30	85,57

Мед.сестра

Барина Н.Ю.