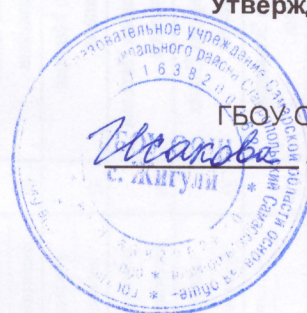


Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

4 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	120	8,49	9,82	2,40	132,22	0,23
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	19	0,56	0,04	1,17	7,20	0,74
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,76	2,74	17,62	106,81	0,46
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,93	0,75	12,53	64,75	0,00
Итого			344	13,74	13,35	33,72	310,98	1,43
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,54	0,11	10,82	46,07	2,14
Итого			107	0,54	0,11	10,82	46,07	2,14
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	42	0,34	0,04	1,06	5,94	4,24
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	255/45	9,44	7,91	22,76	200,39	6,45
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	4	0,06	0,00	0,15	0,88	0,55
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	205/45	12,11	9,20	14,44	191,49	37,32
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	195	0,16	0,07	14,70	61,30	13,86
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,17	8,33	40,06	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,30	0,18	15,12	71,37	0,00
Итого			839	25,71	17,57	76,56	571,43	62,42
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЫИ СО СГУЩЕННОЙ	120/20	8,31	8,97	43,83	289,61	0,38
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,20	0,00	13,25	54,54	0,71
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	119	0,48	0,48	11,71	56,16	11,95
Итого			464	8,99	9,45	68,79	400,31	13,04
Всего				48,98	40,48	189,89	1 328,79	79,03

Мед.сестра

Баринаова Н.Ю.