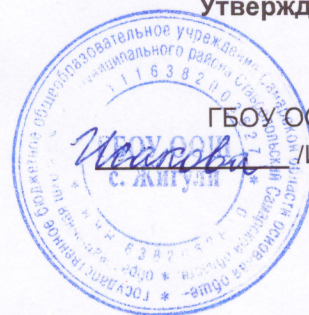


Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

11 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	224	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННОЙ	175/20	28,67	17,22	25,67	377,41	0,42
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2,22	3,85	14,98	103,75	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,78	1,78	14,97	83,44	0,33
Итого			425	32,67	22,85	55,62	564,60	0,75
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	112	1,68	0,56	23,52	107,52	11,20
Итого			112	1,68	0,56	23,52	107,52	11,20
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,57	2,04	2,12	29,76	4,09
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	245/45/8	6,81	7,83	12,09	152,78	0,80
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6	0,08	0,01	0,19	1,24	0,77
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	190/50	8,80	7,43	24,98	202,35	1,01
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,46	0,22	18,36	85,17	48,63
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,43	0,19	9,16	44,06	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,54	0,20	16,74	79,03	0,00
Итого			842	20,69	17,92	83,64	594,39	55,30
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	195	2,99	3,19	15,65	104,69	20,27
2008	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	65	6,17	4,97	37,14	217,84	0,08
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ	190	0,12	0,06	17,28	71,72	1,76
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,16	0,84	14,03	72,52	0,00
Итого			478	11,44	9,06	84,10	466,77	22,11
Всего				66,48	50,39	246,88	1 733,28	89,36

Мед.сестра

Баринаова Н.Ю.