

Утверждаю



Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

13 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,72	4,88	27,13	175,36	0,58
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	180	3,25	3,24	16,25	108,42	0,47
Итого			410	11,03	11,91	57,32	382,16	1,05
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	117	3,27	2,92	5,26	65,93	0,82
Итого			117	3,27	2,92	5,26	65,93	0,82
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,41	0,05	1,28	7,19	5,13
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ,КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/45/8	13,29	12,15	19,79	245,03	5,21
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	75	11,77	5,17	4,30	111,10	0,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	3,25	2,33	22,74	125,46	11,14
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	205	0,00	0,00	13,27	53,04	0,00
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			808	32,46	20,07	85,69	657,39	21,68
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЫ СО СГУЩЕНКОЙ	115/20	7,84	10,25	40,43	285,81	0,39
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,37	0,37	8,95	42,92	9,13
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,37	0,16	17,04	77,92	44,44
Итого			376	8,58	10,78	66,42	406,65	53,96
Всего				55,34	45,68	214,69	1 512,13	77,51

Мед.сестра

Барина Н.Ю.