

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

26 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,41	5,13	25,17	168,50	0,55
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	2,22	3,85	14,98	103,75	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,20	3,18	16,31	107,72	0,45
Итого			405	10,83	12,16	56,46	379,97	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	120	0,60	0,12	12,12	51,60	2,40
Итого			120	0,60	0,12	12,12	51,60	2,40
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,44	0,06	1,39	7,76	5,54
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/45/8	13,60	13,11	20,10	259,50	5,09
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	75	10,75	5,61	4,35	111,07	0,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,14	2,06	21,98	119,55	10,78
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	13,16	52,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,48	0,20	9,50	45,69	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,64	0,21	17,32	81,78	0,00
Итого			807	32,05	21,25	87,80	677,98	21,59
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНКОЙ	115/20	8,11	10,20	41,05	288,79	0,38
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,36	0,36	8,84	42,38	9,02
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,33	0,14	16,70	75,55	40,00
Итого			375	8,80	10,70	66,59	406,72	49,40
Всего				52,28	44,23	222,97	1 516,27	74,39

Мед.сестра

Барина Н.Ю.