



Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

МЕНЮ

6 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,44	4,39	29,88	185,16	0,43
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,86	3,71	12,64	91,66	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,59	2,49	17,03	101,46	0,42
Итого			410	10,89	10,59	59,55	378,28	0,85
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	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	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,88	1,78	3,99	36,03	4,03
2008	83	ЩИ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ	250	6,54	1,91	12,87	95,92	17,62
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/40	13,44	5,22	5,07	141,60	10,15
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,99	1,40	31,92	160,26	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,00	0,00	12,58	50,31	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,26	0,17	8,05	38,75	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			791	29,33	10,66	89,08	591,79	31,80
Уплотненный ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,93	4,37	19,69	138,48	0,56
2008		ПРЯНИК ЗАВАРНОЙ	35	2,01	1,60	25,46	124,26	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	13,90	56,27	0,04
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,80	0,70	11,69	60,43	0,00
Итого			458	8,90	6,67	70,74	379,44	0,60
Всего				49,62	28,02	229,47	1 392,51	35,25

Мед.сестра

Барина Н.Ю.