



Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

Исакова Е.В./

**МЕНЮ**

10 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,67	4,79	22,27	151,80	0,60
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/7	5,51	5,20	13,37	123,25	0,04
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	12,74	51,55	0,03
<b>Итого</b>			<b>442</b>	<b>10,34</b>	<b>9,99</b>	<b>48,38</b>	<b>326,60</b>	<b>0,67</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	98	2,76	2,46	4,44	55,63	0,69
<b>Итого</b>			<b>98</b>	<b>2,76</b>	<b>2,46</b>	<b>4,44</b>	<b>55,63</b>	<b>0,69</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,48	2,80	1,48	33,86	1,27
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/45	7,30	7,12	11,49	139,47	5,70
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	155	10,00	10,77	13,44	191,70	18,78
2008	411	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНОМ" С"	205	0,00	0,00	30,45	121,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,16	0,15	7,42	35,69	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,06	0,16	13,54	63,89	0,00
<b>Итого</b>			<b>748</b>	<b>21,00</b>	<b>21,00</b>	<b>77,82</b>	<b>586,34</b>	<b>25,75</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,84	5,05	25,58	171,97	0,57
2008		ВАФЛИ	25	0,68	0,81	18,75	85,85	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	190	0,16	0,03	16,02	66,75	3,36
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,12	0,83	13,78	71,23	0,00
<b>Итого</b>			<b>443</b>	<b>8,80</b>	<b>6,72</b>	<b>74,13</b>	<b>395,80</b>	<b>3,93</b>
<b>Всего</b>				<b>42,90</b>	<b>40,17</b>	<b>204,77</b>	<b>1 364,37</b>	<b>31,04</b>

Мед.сестра

Барина Н.Ю.