

Утверждаю

Директор

ГБОУ ООШ с.Жигули

с. Исакова Е.В.**МЕНЮ**

17 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,26	2,93	28,31	164,37	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	131	3,89	4,30	6,31	80,54	0,72
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	13,75	55,63	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,84	0,72	11,96	61,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>12,15</b>	<b>7,95</b>	<b>60,33</b>	<b>362,37</b>	<b>0,75</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВО-БАНАНОВЫЙ	97	0,47	0,10	9,48	40,36	0,78
<b>Итого</b>			<b>97</b>	<b>0,47</b>	<b>0,10</b>	<b>9,48</b>	<b>40,36</b>	<b>0,78</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	40	0,44	3,16	2,42	40,36	0,91
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ	235/8	1,74	5,09	11,18	103,35	5,27
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	75	12,15	5,60	8,73	134,29	0,20
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	1,95	1,06	20,65	99,91	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,22	0,95	1,45	15,34	0,39
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0,48	0,09	17,61	74,00	0,87
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,22	0,16	7,79	37,50	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,17	0,17	14,29	67,43	0,00
<b>Итого</b>			<b>733</b>	<b>20,37</b>	<b>16,28</b>	<b>84,12</b>	<b>572,18</b>	<b>7,64</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	2,77	2,10	18,85	105,74	9,16
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	46	0,37	0,05	0,79	6,04	2,32
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,50	0,24	19,66	91,39	52,35
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,84	0,72	11,96	61,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>5,48</b>	<b>3,11</b>	<b>51,26</b>	<b>265,00</b>	<b>63,83</b>
<b>Всего</b>				<b>38,47</b>	<b>27,44</b>	<b>205,19</b>	<b>1 239,91</b>	<b>73,00</b>

Мед.сестра

Барина Н.Ю.