



Директор
ГБОУ ООШ с.Жигули
Исакова Е.В./

МЕНЮ

21 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн.	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	224	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕНКОЙ	155/20	24,91	15,06	30,07	359,56	0,44
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,74	3,67	11,91	87,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,06	2,10	14,89	87,21	0,38
Итого			400	28,71	20,83	56,87	534,66	0,82
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	88	1,31	0,44	18,38	84,00	8,75
Итого			88	1,31	0,44	18,38	84,00	8,75
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,59	2,83	2,15	36,94	4,11
2008	106	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	220/45/8	6,43	6,22	12,95	136,28	0,77
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5	0,07	0,01	0,16	0,97	0,60
2012	304	ПЕРЛОВКА С КУРИЦЕЙ	185/50	8,26	6,80	24,07	191,08	1,06
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,50	0,25	18,25	85,42	50,76
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,20	0,16	7,68	36,97	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,10	0,17	13,84	65,33	0,00
Итого			802	19,15	16,44	79,10	552,99	57,30
Уплотненный ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	190	2,78	3,09	14,08	96,51	19,05
2008	479	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60/10	9,29	8,50	33,00	246,11	0,12
2008	488	НАПИТОК ЛИМОННО-ЯБЛОЧНЫЙ	185	0,12	0,07	16,04	66,61	1,61
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,33	0,16	10,23	63,66	0,00
Итого			467	13,87	12,32	74,08	465,89	20,78
Всего				63,04	50,03	228,43	1 637,54	87,65

Мед.сестра

Баринава Н.Ю.