

Утверждаю

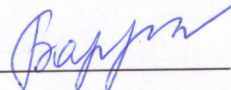
Директор
ГБОУ ООШ с.Жигули
Исакова Е.В./**МЕНЮ**

23 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,62	4,62	26,32	169,22	0,56
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,67	4,03	17,92	118,96	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,06	3,11	15,80	104,50	0,46
Итого			410	11,35	11,76	60,04	392,68	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	97	0,48	0,10	9,77	41,61	1,94
Итого			97	0,48	0,10	9,77	41,61	1,94
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,31	0,04	0,96	5,36	3,83
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250/45/8	8,82	8,32	19,80	194,98	4,66
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	70	10,03	4,69	4,28	99,53	0,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,92	2,12	20,14	111,75	9,84
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,00	0,00	12,18	48,69	0,00
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
Итого			751	25,47	15,50	79,44	565,24	18,51
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНКОЙ	120/20	8,55	9,93	45,75	307,04	0,41
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,36	0,36	8,91	42,72	9,09
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,32	0,14	16,08	72,85	38,71
Итого			381	9,23	10,43	70,74	422,61	48,21
Всего				46,53	37,79	219,99	1 422,14	69,68

Мед.сестра



Барина Н.Ю.