ГБОУ ООШ с.Жигули

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 мая 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,14	5,08	29,23	184,19	0,59
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,85	3,80	12,62	92,36	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,36	3,34	15,47	106,62	0,48
Итого			**415**	**10,35**	**12,22**	**57,32**	**383,17**	**1,07**
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	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	50	1,03	2,28	5,84	48,86	9,77
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,18	2,46	27,08	167,73	7,88
2008	287	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14,43	6,46	5,47	152,81	9,74
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,10	2,17	21,46	118,23	10,49
2008	441	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,43	0,17	20,41	92,97	51,61
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,35	0,18	8,61	41,45	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,39	0,19	15,70	74,10	0,00
Итого			**739**	**31,91**	**13,91**	**104,57**	**696,15**	**89,49**
Уплотненный ужин								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,05	5,47	26,09	178,81	0,59
2008		ПЕЧЕНЬЕ	26	1,94	2,53	19,20	107,61	0,00
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	174	4,88	4,35	7,86	98,44	1,22
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,69	0,66	10,99	56,81	0,00
Итого			**422**	**14,56**	**13,01**	**64,14**	**441,67**	**1,81**
Всего				**57,30**	**39,24**	**235,80**	**1 562,60**	**94,31**

Мед.сестра _____ Баринова Н.Ю.