

Утверждаю

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

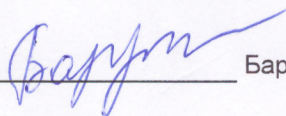
МЕНЮ

13 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								
2012	216	СУФЛЕ ИЗ ЯИЦ	120	8,75	10,51	2,28	138,94	0,21
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	26	0,79	0,05	1,64	10,08	1,04
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,65	2,55	16,46	100,05	0,43
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,70	1,05	17,54	90,65	0,00
Итого			361	14,89	14,16	37,92	339,72	1,68
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,54	3,96
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРИЦЕЙ	245/45	7,98	6,39	23,93	185,49	6,39
		ЛУК ЗЕЛЕНый	5	0,07	0,01	0,16	1,04	0,64
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	185/45	9,79	7,26	14,01	162,79	34,75
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	180	0,16	0,06	13,72	57,21	12,93
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,39	0,18	8,90	42,83	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,46	0,20	16,23	76,57	0,00
Итого			796	22,17	14,14	77,94	531,47	58,67
Уплотненный ужин								
2008	479	ОЛАДЫ СО СГУЩЕНКОЙ	120/20	8,77	9,56	47,52	311,56	0,40
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,20	0,00	12,40	51,11	0,73
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	117	0,47	0,47	11,50	55,17	11,74
Итого			462	9,44	10,03	71,42	417,84	12,87
Всего				47,00	38,43	197,38	1 332,03	75,22

Мед.сестра



Баринаова Н.Ю.