



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

## МЕНЮ

15 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,66	2,81	25,60	150,13	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	136	4,04	4,45	6,54	83,42	0,74
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,15	0,00	13,54	54,73	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,51	0,59	9,85	50,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>476</b>	<b>11,36</b>	<b>7,85</b>	<b>55,53</b>	<b>339,22</b>	<b>0,77</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВО-БАНАНОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>	<b>0,80</b>
<b>Обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЛУКА	40	0,42	2,95	2,28	37,66	0,84
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ	250/8	1,79	4,97	11,65	104,28	5,52
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	10,80	5,18	7,13	118,46	0,19
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	125	2,25	1,13	23,71	113,90	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,20	0,66	1,28	11,89	0,40
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0,46	0,09	16,43	69,14	0,82
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
<b>Итого</b>			<b>764</b>	<b>19,77</b>	<b>15,36</b>	<b>87,61</b>	<b>574,73</b>	<b>7,77</b>
<b>Уплотненный ужин</b>								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,95	2,19	20,07	112,11	9,77
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	48	0,38	0,05	0,82	6,24	2,40
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200	0,51	0,25	18,89	88,61	54,03
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,51	0,59	9,85	50,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>383</b>	<b>5,35</b>	<b>3,08</b>	<b>49,63</b>	<b>257,90</b>	<b>66,20</b>
<b>Всего</b>				<b>36,97</b>	<b>26,39</b>	<b>202,57</b>	<b>1 213,56</b>	<b>75,54</b>

Мед.сестра Барина Н.Ю. Барина Н.Ю.