

Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением

Меню

20 февраля 2025 г.  
Четверг (9 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	
<b>Завтрак</b>											
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Повидло	10	0,05	3,6	7,19	28,96	10	0,05	3,6	7,19	28,96	Ттк1.6
Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	150	5,37	7,05	21,6	171,3	150	5,37	7,05	21,6	171,3	272*
Чай с молоком (2-й вариант)	150	1,12	0,97	13,05	65,25	150	1,12	0,97	13,05	65,25	507*
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>330</b>	<b>7,93</b>	<b>15,52</b>	<b>49,23</b>	<b>335,1</b>	<b>330</b>	<b>7,93</b>	<b>15,52</b>	<b>49,23</b>	<b>335,1</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
<b>Обед</b>											
Салат из свеклы отварной	30	0,33	3,03	3,18	41,4	30	0,33	3,03	3,18	41,4	51**
Суп картофельный с бобовыми	180	1,65	3,06	11,5	77,7	180	1,65	3,06	11,5	77,7	149*
Шницель «Сытный»	50	7,88	4,66	6,28	98,41	50	7,88	4,66	6,28	98,41	Ттк1
Картофельное пюре	100	2,1	4,4	10,9	92	100	2,1	4,4	10,9	92	434*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72	527*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	114*
<b>Итого за обед:</b>	<b>540</b>	<b>14,31</b>	<b>15,66</b>	<b>59,38</b>	<b>435,81</b>	<b>540</b>	<b>14,31</b>	<b>15,66</b>	<b>59,38</b>	<b>435,81</b>	
<b>Полдник</b>											
Омлет натуральный	100	8,61	13,72	2,3	163	100	8,61	13,72	2,3	163	307*
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром) ( 2-й вариант)	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51	503*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5	114*
<b>Итого за полдник:</b>	<b>300</b>	<b>12,50</b>	<b>14,12</b>	<b>39,65</b>	<b>331,5</b>	<b>300</b>	<b>12,50</b>	<b>14,12</b>	<b>39,65</b>	<b>331,5</b>	
<b>Ужин</b>											
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5	534*
Гренки из пшеничного хлеба	20	2,24	0,22	13,94	66,84	20	2,24	0,22	13,94	66,84	176*
<b>Итого за ужин:</b>	<b>170</b>	<b>6,59</b>	<b>3,97</b>	<b>21,14</b>	<b>146,34</b>	<b>170</b>	<b>6,59</b>	<b>3,97</b>	<b>21,14</b>	<b>146,34</b>	

Зав.производством : Засухина Т.В.  
Калькулятор: Лапшина О.Ф.



ЗАСУХИНА

ЛАПШИНА О.Ф.



Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением

Меню

21 февраля 2025г.  
Пятница(10 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	
<b>Завтрак</b>											
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,12	0,04	37,4	5	0,025	4,12	0,04	37,4	111*
Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	6,47	24,3	172,05	150	4,16	6,47	24,3	172,05	274*
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25	508*
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>325</b>	<b>7,975</b>	<b>16,51</b>	<b>43,65</b>	<b>338,29</b>	<b>325</b>	<b>7,975</b>	<b>16,51</b>	<b>43,65</b>	<b>338,29</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
<b>Обед</b>											
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7	11***
Суп-лапша домашняя	180	1,83	4,01	10	79,9	180	1,83	4,01	10	79,9	162*
Фрикадельки мясные в соусе	70	6,65	10,71	7,98	154,7	70	6,65	10,71	7,98	154,7	288*
Каша пшеничная рассыпчатая	100	3	4,09	16,6	119	100	3	4,09	16,6	119	249*
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,39	0	21,6	76,8	150	0,39	0	21,6	76,8	526*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
<b>Итого за обед:</b>	<b>560</b>	<b>14,3</b>	<b>20,82</b>	<b>68,9</b>	<b>511,4</b>	<b>560</b>	<b>14,3</b>	<b>20,82</b>	<b>68,9</b>	<b>511,4</b>	
<b>Полдник</b>											
Рагу из овощей	100	1,56	8,23	8,65	106	100	1,56	8,23	8,65	106	137*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	516*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5	114*
<b>Итого за полдник:</b>	<b>300</b>	<b>5,43</b>	<b>8,63</b>	<b>44,5</b>	<b>268,5</b>	<b>300</b>	<b>5,43</b>	<b>8,63</b>	<b>44,5</b>	<b>268,5</b>	
<b>Ужин</b>											
Фруктовый чай	150	0,187	0,187	19,01	78,05	150	0,187	0,187	19,01	78,05	Ттк 24
Сдоба обыкновенная	40	3,4	1,86	25,53	124,6	40	3,4	1,86	25,53	124,6	589*
<b>Итого за ужин:</b>	<b>190</b>	<b>3,587</b>	<b>2,047</b>	<b>44,54</b>	<b>202,65</b>	<b>190</b>	<b>3,587</b>	<b>2,047</b>	<b>44,54</b>	<b>202,65</b>	

Зав.производством : Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапшина О.Ф.

