

**Бузулукский филиал
ООО «Комбинат
школьного питания
«ПОДРОСТОК»**

21 ноября 2024 г.
Четверг (4 день)

Меню

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Наименование блюда	1-3 года						3-7 лет					
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Тех.карт	

Завтрак	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*
	Итого за завтрак:	330	7,93	15,52	49,23	335,1	330	7,93	15,52	49,23	335,1
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46 537*	
Обед											
Салат из свежеты отварной	20	0,33	3,03	3,16	41,4	20	0,33	3,03	3,16	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*	
Итого за обед:	540	14,31	15,66	59,38	435,81	540	14,31	15,66	59,38	435,81	
Полдник											
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	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*	
Итого за полдник:	300	12,50	14,12	39,65	331,5	300	12,50	14,12	39,65	331,5	
Ужин											
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*	
Итого за ужин:	170	6,59	3,97	21,14	146,34	170	6,59	3,97	21,14	146,34	

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

Засухина Т.В.
ЗАСУХИНА Т.В.
ЛАПШИНА О.Ф.