

Меню

14 апреля 2025 г.
Понедельник(Идень)

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса порций	Белки	Жиры	Углев.	энергетическая ценность (ккал)	Масса порций	Белки	Жиры	Углев.	энергетическая ценность (ккал)	
Завтрак											
Печенье	33	2,47	3,23	24,54	137	33	2,47	3,23	24,54	137	609*
Масло сливочное (порциями)	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2	366*
Каша ячневая молочная	150	5,1	6,1	19,6	152,25	150	5,1	6,1	19,6	152,25	6***
Чай с молоком (2-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25	507*
Итого за завтрак:	338	11,12	12,82	56,06	366,7	338	11,12	12,82	56,06	366,7	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Салат «Здоровье»	30	0,43	4,5	1,9	49,8	30	0,43	4,5	1,9	49,8	13***
Суп картофельный с крупой	180	1,42	1,96	10,5	65,34	180	1,42	1,96	10,5	65,34	80**
Гуляш	70	6,02	14,65	2,52	166,11	70	6,02	14,65	2,52	166,11	Ттк1.03
Макаронные изделия отварные	100	3,77	0,45	19,36	96,6	100	3,77	0,45	19,36	96,6	297*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0	20,25	72	150	0,37	0	20,25	72	527*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за обед:	560	13,99	21,92	64,73	504,15	560	13,99	21,92	64,73	504,15	
Полдник											
Рагу из овощей	100	1,57	8,23	8,66	115,17	100	1,57	8,23	8,66	115,17	137*
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром)(2-й вариант)	150	0,075	0	11,25	45	150	0,075	0	11,25	45	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	5,445	8,63	44,51	277,67	300	5,445	8,63	44,51	277,67	
Ужин											
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5	534*
Булочка молочная	50	2,24	0,22	13,94	66,84	50	2,24	0,22	13,94	66,84	585*
Итого за ужин:	200	6,59	3,97	21,14	146,34	200	6,59	3,97	21,14	146,34	

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

ЗАСУХИНА Т.В.
ЛАПШИНА О.Ф.