

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

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением



23 декабря 2024 г
Понедельник (1 день)

| Наименование блюда | 1-3 года | | | | | 3-7 лет | | | | | тех. карт |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------|
| | Масса | Белки | Жиры | Углев. | энергетиче | Масса | Белки | Жиры | Углев. | энергетиче | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| Печенье | 33 | 2,29 | 6,43 | 12,19 | 114,8 | 33 | 2,29 | 6,43 | 12,19 | 114,8 | 609* |
| Масло сливочное порциями | 5 | 0,025 | 4,12 | 0,04 | 37,4 | 5 | 0,025 | 4,12 | 0,04 | 37,4 | 111* |
| Каша пшенная молочная жидкая | 150 | 5,55 | 5,61 | 27,37 | 182,2 | 150 | 5,55 | 5,61 | 27,37 | 182,2 | 273* |
| 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: | 338 | 8,985 | 17,13 | 52,65 | 399,65 | 338 | 8,985 | 17,13 | 52,65 | 399,65 | |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 100 | 0,05 | 0,1 | 0,1 | 46 | 100 | 0,05 | 0,1 | 0,1 | 46 | 537* |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 30 | 0,52 | 4,32 | 2,72 | 55,6 | 30 | 0,52 | 4,32 | 2,72 | 55,6 | 82* |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 180 | 1,94 | 2,05 | 13,55 | 80,1 | 180 | 1,94 | 2,05 | 13,55 | 80,1 | 152* |
| Котлеты рыбные | 50 | 6,95 | 1,05 | 4,8 | 56,5 | 50 | 6,95 | 1,05 | 4,8 | 56,5 | 351* |
| Капуста тушеная | 100 | 81,89 | 3,23 | 9,42 | 78,1 | 100 | 81,89 | 3,23 | 9,42 | 78,1 | 428* |
| Компот из сушеных фруктов (изюм) | 150 | 1,05 | 0 | 21,75 | 91,5 | 150 | 1,05 | 0 | 21,75 | 91,5 | 531* |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,6 | 72,4 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,6 | 72,4 | 116* |
| Итого за обед: | 550 | 94,99 | 11,13 | 65,84 | 434,2 | 550 | 94,99 | 11,13 | 65,84 | 434,2 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая с луком | 100 | 5,28 | 11,4 | 22,97 | 215,4 | 100 | 5,28 | 11,4 | 22,97 | 215,4 | 244* |
| Чай сладкий с лимоном | 150 | 0,085 | 0 | 12,75 | 51 | 150 | 0,085 | 0 | 12,75 | 51 | 505* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | 114* |
| Итого за полдник: | 290 | 8,405 | 11,72 | 55,4 | 360,4 | 290 | 8,405 | 11,72 | 55,4 | 360,4 | |
| Ужин | | | | | | | | | | | |
| Булочка «Алтайская» | 50 | 4,3 | 2,5 | 26,4 | 145 | 50 | 4,3 | 2,5 | 26,4 | 145 | 577* |
| Молоко кипяченое | 150 | 0,37 | 0,15 | 17,32 | 72 | 150 | 0,37 | 0,15 | 17,32 | 72 | 535* |
| Итого за ужин: | 200 | 4,67 | 2,65 | 43,72 | 217 | 200 | 4,67 | 2,65 | 43,72 | 217 | |

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

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