

ЛУКСКАЯ ШКОЛА
 000 КОМБИНАТ
 ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
 ПОДРОСТКОВ



[Handwritten signature]

Меню

1 августа 2024 г.
 Четверг (4 день)

| Наименование блюда | 1-3 года | | | | | 3-7 лет | | | | | тех. карт |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------|
| | Масса | Белки | Жиры | Углев. | энергетиче | Масса | Белки | Жиры | Углев. | энергетичес | |
| 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 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* |
| 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.

[Handwritten signature]
[Handwritten signature]

ЛАПШИНА О.Ф.