



Меню

16 мая 2025г.
Пятница (5 день)

Наименование блюда

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углеб.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углеб.	энергетиче	
Завтрак											
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Сыр порциани	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2	366*
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*
Итого за завтрак:	325	9,1	13,86	43,61	319,09	325	9,1	13,86	43,61	319,09	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7	11***
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,94	2,05	13,55	80,1	180	1,94	2,05	13,55	80,1	152*
Фрикадельки куриные в соусе	70	4,04	7,38	10,28	116	70	4,04	7,38	10,28	116	109
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*
Итого за обед:	560	11,8	15,53	74,75	472,9	560	11,8	15,53	74,75	472,9	
Полдник *											
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*
Итого за полдник:	300	5,43	8,63	44,5	268,5	300	5,43	8,63	44,5	268,5	
Ужин											
Фруктовый чай	150	0,187	0,187	19,01	78,05	150	0,187	0,187	19,01	78,05	Тк 24
Сдоба обыкновенная	40	3,4	1,86	25,53	124,6	40	3,4	1,86	25,53	124,6	589*
Итого за ужин:	190	3,587	2,047	44,54	202,65	190	3,587	2,047	44,54	202,65	
Засухина Т.В.											

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.