



14 апреля 2025г.
Пятница (5 день)

Наименование блюда	1-3 года				Энергетиче	3-7 лет				тех карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.		Масса	Белки	Жиры	Углев.	
Завтрак										
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59
Сыр порциями	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2
Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	6,47	24,3	172,05	150	4,16	6,47	24,3	172,05
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25
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
Обед										
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,94	2,05	13,55	80,1	180	1,94	2,05	13,55	80,1
Фрикадельки мясные в соусе	70	6,65	10,71	7,98	154,7	70	6,65	10,71	7,98	154,7
Каша пшеничная рассыпчатая	100	3	4,09	16,6	119	100	3	4,09	16,6	119
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,39	0	21,6	76,8	150	0,39	0	21,6	76,8
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3
Итого за обед:	560	14,41	18,86	72,45	511,6	560	14,41	18,86	72,45	511,6
Полдник										
Рагу из овощей	100	1,56	8,23	8,65	106	100	1,56	8,23	8,65	106
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5
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
Салата обыкновенная	40	3,4	1,86	25,53	124,6	40	3,4	1,86	25,53	124,6
Итого за ужин:	190	3,587	2,047	44,54	202,65	190	3,587	2,047	44,54	202,65
Зав. производством : Засушина Т.В.										
Калькулятор: Лапшина О.Ф.										