

Бузулукский филиал
 ООО «Комбинат
 школьного питания
 «ПОДРОСТОК»

Согласовано
 Заведующий образовательным учреждением

12 декабря 2024г.
 Четверг (9 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*
Масло сливочное порциями	5	0,05	3,6	0,05	33	5	0,05	3,6	0,05	33	111*
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,27	3,94	14,23	109,5	150	4,27	3,94	14,23	109,5	171*
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:	325	6,83	12,41	34,72	277,34	325	6,83	12,41	34,72	277,34	
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	0,23	3,03	3,18	41,4	30	0,23	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*
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	0,075	0	11,25	45	150	0,075	0	11,25	45	531*
Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	5,46	24,6	117,5	50	3,8	5,46	24,6	117,5	114*
Итого за обед:	560	94,7	15,83	64,75	416,2	560	94,70	15,83	64,75	416,2	
Полдник											
Каша ячневая молочная	150	5,1	6,1	19,6	152,25	150	5,1	6,1	19,6	152,25	6***
Чай сладкий с лимоном	150	1,05	0	21,75	91,5	150	1,05	0	21,75	91,5	505*
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за полдник:	330	8,13	6,46	51,55	298,05	330	8,13	6,46	51,55	298,05	
Ужин											
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5	534*
Крендель сахарный	50	4,35	3,75	7,2	79,5	50	4,35	3,75	7,2	79,5	659*
Итого за ужин:	200	8,7	7,5	14,4	159	200	8,7	7,5	14,4	159	

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

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.