



**Бузулуцкий филиал  
ООО «Комбинат  
школьного питания  
«ПОДРОСТОК»**

Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением

20 декабря 2024г.  
Пятница(5 день)

| Наименование блюда                           | 1-3 года   |              |              |              |               | 3-7 лет    |              |              |              |               | тех.карт |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------|
|  | Масса      | Белки        | Жиры         | Углев.       | энергетиче    | Масса      | Белки        | Жиры         | Углев.       | энергетичес   |          |
| <b>Завтрак</b>                               |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |          |
| 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          | 0,025        | 4,12         | 0,04         | 37,4          | 5          | 0,025        | 4,12         | 0,04         | 37,4          | 111*     |
| 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*     |
| <b>Итого за завтрак:</b>                     | <b>325</b> | <b>7,975</b> | <b>16,51</b> | <b>43,65</b> | <b>338,29</b> | <b>325</b> | <b>7,975</b> | <b>16,51</b> | <b>43,65</b> | <b>338,29</b> |          |
| <b>Завтрак 2</b>                             |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |          |
| Сок фруктовый                                | 100        | 0,05         | 0,1          | 0,1          | 46            | 100        | 0,05         | 0,1          | 0,1          | 46            | 537*     |
| <b>Обед</b>                                  |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |          |
| Салат «Степной»                              | 30         | 0,45         | 1,65         | 2,52         | 26,7          | 30         | 0,45         | 1,65         | 2,52         | 26,7          | 11***    |
| Суп-лапша домашняя                           | 180        | 1,83         | 4,01         | 10           | 70,0          | 180        | 1,83         | 4,01         | 10           | 70,0          | 162*     |
| Фрикадельки мясные в соусе                   | 70         | 6,65         | 10,71        | 7,98         | 154,7         | 70         | 6,65         | 10,71        | 7,98         | 154,7         | 288*     |
| 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*     |
| <b>Итого за обед:</b>                        | <b>560</b> | <b>14,3</b>  | <b>20,82</b> | <b>68,9</b>  | <b>511,4</b>  | <b>560</b> | <b>14,3</b>  | <b>20,82</b> | <b>68,9</b>  | <b>511,4</b>  |          |
| <b>Полдник</b>                               |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |          |
| 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*     |
| <b>Итого за полдник:</b>                     | <b>300</b> | <b>5,43</b>  | <b>8,63</b>  | <b>44,5</b>  | <b>268,5</b>  | <b>300</b> | <b>5,43</b>  | <b>8,63</b>  | <b>44,5</b>  | <b>268,5</b>  |          |
| <b>Ужин</b>                                  |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |          |
| Фруктовый чай                                | 150        | 0,187        | 0,187        | 19,01        | 78,05         | 150        | 0,187        | 0,187        | 19,01        | 78,05         | Ттк 24   |
| Сдоба обыкновенная                           | 40         | 3,4          | 1,86         | 25,53        | 124,6         | 40         | 3,4          | 1,86         | 25,53        | 124,6         | 589*     |
| <b>Итого за ужин:</b>                        | <b>190</b> | <b>3,587</b> | <b>2,047</b> | <b>44,54</b> | <b>202,65</b> | <b>190</b> | <b>3,587</b> | <b>2,047</b> | <b>44,54</b> | <b>202,65</b> |          |

Зав.производством : Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапшина О.Ф.

  
**ЗАСУХИНА Т.В.**  
**ЛАПШИНА О.Ф.**