

АЛТАЙСКИЙ ОБЛАСТНОЙ КОМБИНАТ  
КОСОВОГО ЦИТАНИЯ  
ПРОСТА

Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением



**Меню**

2 сентября 2024 г  
Понедельник (1 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	
<b>Завтрак</b>											
Печенье	33	2,29	6,43	12,19	114,8	33	2,29	6,43	12,19	114,8	609*
Масло сливочное порциями	5	0,025	4,12	0,04	37,4	5	0,025	4,12	0,04	37,4	111*
Каша пшенная молочная жидкая	150	5,55	5,61	27,37	182,2	150	5,55	5,61	27,37	182,2	273*
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*
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>338</b>	<b>8,985</b>	<b>17,13</b>	<b>52,65</b>	<b>399,65</b>	<b>338</b>	<b>8,985</b>	<b>17,13</b>	<b>52,65</b>	<b>399,65</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>											
Винегрет овощной	30	0,52	4,32	2,72	55,6	30	0,52	4,32	2,72	55,6	82*
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,94	2,05	13,55	80,1	180	1,94	2,05	13,55	80,1	152*
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	1,05	0	21,75	91,5	150	1,05	0	21,75	91,5	536*
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,6	72,4	40	2,64	0,48	13,6	72,4	116*
<b>Итого за обед:</b>	<b>550</b>	<b>94,99</b>	<b>11,13</b>	<b>65,84</b>	<b>434,2</b>	<b>550</b>	<b>94,99</b>	<b>11,13</b>	<b>65,84</b>	<b>434,2</b>	
<b>Полдник</b>											
Каша гречневая рассыпчатая с луком	100	5,28	11,4	22,97	215,4	100	5,28	11,4	22,97	215,4	244*
Чай сладкий с лимоном	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51	505*
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	40	3,04	0,32	19,68	94	114*
<b>Итого за полдник:</b>	<b>290</b>	<b>8,405</b>	<b>11,72</b>	<b>55,4</b>	<b>360,4</b>	<b>290</b>	<b>8,405</b>	<b>11,72</b>	<b>55,4</b>	<b>360,4</b>	
<b>Ужин</b>											
Булочка «Алтайская»	50	4,3	2,5	26,4	145	50	4,3	2,5	26,4	145	577*
Молоко кипяченое	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72	535*
<b>Итого за ужин:</b>	<b>200</b>	<b>4,67</b>	<b>2,65</b>	<b>43,72</b>	<b>217</b>	<b>200</b>	<b>4,67</b>	<b>2,65</b>	<b>43,72</b>	<b>217</b>	
Зав.производством : Засухина Т.В.											
Калькулятор: Лапшина О.Ф.											

ТАБЛИЦА 6.9