



Меню

3 июня 2025 г.
Вторник (7 день)

Наименование блюда	1-й год					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углевл.	энергетичес	Масса	Белки	Жиры	Углевл.	энергетичес	
Завтрак											
Хлеб белый	20	1,38	3,89	7,38	69,58	20	1,38	3,89	7,38	69,58	114*
Сыр порционный	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2	106*
Каша манная Молочная жидкая	150	4,65	5,59	23,14	161,4	150	4,65	5,59	23,14	161,4	268*
Фруктовый чай с яблоком	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108	101
Итого за завтрак:	325	9,88	13,42	49,27	357,18	325	9,88	13,42	49,27	357,18	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Салат «Здоровье»	30	0,42	4,5	1,89	49,83	30	0,42	4,5	1,89	49,83	13***
Щи из свежей с капустой с картофелем	180	1,26	3,58	5,59	57,96	180	1,26	3,58	5,59	57,96	147*
Плов	150	13,7	11,17	29,07	271	150	13,7	11,17	29,07	271	411*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,15	17,32	72	150	0,7	0,15	17,32	72	527*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5	114*
Итого за обед:	560	19,88	19,8	78,47	568,29	560	19,88	19,8	78,47	568,29	
Полдник											
Картофель тушеный в соусе	100	2,12	5,91	15,51	124	100	2,12	5,91	15,51	124	133*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	516*
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:	280	4,17	6,27	36,96	223,3	280	4,17	6,27	36,96	223,3	
Ужин											
Ряженка	150	4,2	4,78	6,13	84,39	150	4,2	4,78	6,13	84,39	535*
Гренки из пшеничного хлеба	20	2,24	0,22	13,94	66,84	20	2,24	0,22	13,94	66,84	176*
Итого за ужин:	170	6,44	5	20,07	151,23	170	6,44	5	20,07	151,23	
Зав. производством: Засухина Т.В.											
Калькулятор: Лапина О.Ф.											