



6 мая 2025 г.
Вторник (7 день)

Наименование блюда

Завтрак

Хлеб белый	Масса	Белки	Жиры	Углевл.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углевл.	энергетиче
Сыр порциани	20	1,38	3,89	7,38	69,58	20	1,38	3,89	7,38	69,58
Каша манная молочная жидкая	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2
Фруктовый чай с яблоком	150	4,65	5,59	23,14	161,4	150	4,65	5,59	23,14	161,4
Итого за завтрак:	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108
	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
---------------	-----	------	-----	-----	----	-----	------	-----	-----	----

Обед

Салат «Здоровье»	30	0,42	4,5	1,89	49,83	30	0,42	4,5	1,89	49,83
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,26	3,58	5,59	57,96	180	1,26	3,58	5,59	57,96
Плов	150	13,7	11,17	29,07	271	150	13,7	11,17	29,07	271
Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,15	17,32	72	150	0,7	0,15	17,32	72
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5
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
Кусель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3
Итого за полдник:	280	4,17	6,27	36,96	223,3	280	4,17	6,27	36,96	223,3

Ужин

Раженка	150	4,2	4,78	6,13	84,39	150	4,2	4,78	6,13	84,39
Гренки из пшеничного хлеба	20	2,24	0,22	13,94	66,84	20	2,24	0,22	13,94	66,84
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: Лапшина О.Ф.

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

тех. карт