

6 июня 2025 г.  
Пятница (10 день)

Меню

Наименование блюда

|                                          | 1-3 года   |               |              |              |               | 3-7 лет    |               |              |              |               | тех. карт |
|------------------------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|-----------|
|                                          | Масса      | Белки         | Жиры         | Углев.       | энергетиче    | Масса      | Белки         | Жиры         | Углев.       | энергетиче    |           |
| <b>Завтрак</b>                           |            |               |              |              |               |            |               |              |              |               |           |
| Хлеб белый                               | 20         | 1,38          | 3,89         | 7,38         | 69,58         | 20         | 1,38          | 3,89         | 7,38         | 69,58         | 114*      |
| Сыр порциами                             | 5          | 1,27          | 1,3          | 0            | 17,15         | 5          | 1,27          | 1,3          | 0            | 17,15         | 106*      |
| Каша пшеница молочная жидкая             | 150        | 5,85          | 7,09         | 26,85        | 212,7         | 150        | 5,85          | 7,09         | 26,85        | 212,7         | 273*      |
| Кофейный напиток с молоком               | 150        | 1,5           | 1,79         | 19,23        | 98,9          | 150        | 1,5           | 1,79         | 19,23        | 98,9          | 514*      |
| <b>Итого за завтрак:</b>                 | <b>325</b> | <b>10</b>     | <b>14,07</b> | <b>53,46</b> | <b>398,33</b> | <b>325</b> | <b>10</b>     | <b>14,07</b> | <b>53,46</b> | <b>398,33</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          | 114*      |
| Рассольник ленинградский                 | 180        | 1,68          | 4,09         | 13,27        | 96,6          | 180        | 1,68          | 4,09         | 13,27        | 96,6          | 176*      |
| Биточки «Клас-силье»                     | 50         | 6,93          | 6,23         | 3,12         | 96,43         | 50         | 6,93          | 6,23         | 3,12         | 96,43         | 111       |
| Пюре из гороха                           | 100        | 9,74          | 0,96         | 19,37        | 116,4         | 100        | 9,74          | 0,96         | 19,37        | 116,4         | 422*      |
| Компот из смеси сухофруктов              | 150        | 0,7           | 0,15         | 17,32        | 72            | 150        | 0,7           | 0,15         | 17,32        | 72            | 527*      |
| 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>540</b> | <b>21,48</b>  | <b>13,44</b> | <b>65,8</b>  | <b>462,43</b> | <b>540</b> | <b>21,48</b>  | <b>13,44</b> | <b>65,8</b>  | <b>462,43</b> |           |
| <b>Полдник</b>                           |            |               |              |              |               |            |               |              |              |               |           |
| Омлет натуральный                        | 100        | 8,61          | 13,72        | 2,3          | 163           | 100        | 8,61          | 13,72        | 2,3          | 163           | 307*      |
| Чай с сахаром, вареньем, медом (сахаром) | 40         | 0,075         | 0            | 11,25        | 45            | 40         | 0,075         | 0            | 11,25        | 45            | 503*      |
| Хлеб пшеничный                           | 140        | 11,73         | 14,04        | 33,23        | 302           | 140        | 11,73         | 14,04        | 33,23        | 302           | 114*      |
| <b>Итого за полдник:</b>                 | <b>280</b> | <b>10,405</b> | <b>17,76</b> | <b>46,78</b> | <b>510</b>    | <b>280</b> | <b>10,405</b> | <b>17,76</b> | <b>46,78</b> | <b>510</b>    |           |
| <b>Ужин</b>                              |            |               |              |              |               |            |               |              |              |               |           |
| Фруктовый чай с яблоком                  | 150        | 2,7           | 2,47         | 18,75        | 108           | 150        | 2,7           | 2,47         | 18,75        | 108           | 101       |
| Гренки из пшеничного хлеба               | 20         | 2,24          | 0,22         | 13,94        | 66,84         | 20         | 2,24          | 0,22         | 13,94        | 66,84         | 176*      |
| <b>Итого за ужин:</b>                    | <b>170</b> | <b>4,94</b>   | <b>2,69</b>  | <b>32,69</b> | <b>174,84</b> | <b>170</b> | <b>4,94</b>   | <b>2,69</b>  | <b>32,69</b> | <b>174,84</b> |           |
| <b>Зав. производством: Засухина Т.В.</b> |            |               |              |              |               |            |               |              |              |               |           |
| <b>Калькулятор: Лапина О.Ф.</b>          |            |               |              |              |               |            |               |              |              |               |           |

ЗАСУХИНА Т.В.  
ЛАПИНА О.Ф.



Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением