Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Меню

9 января 2025г.
Четверг

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех.карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	
Завтрак											
Печенье	33	2,47	3,23	24,54	137	33	2,47	3,23	24,54	137	609*
Масло сливочное (порциями)	5	0,05	3,6	0,05	33	5	0,05	3,6	0,05	33	111*
Каша гречневая рассыпчатая	125	5,1	6,1	19,6	152,25	125	5,1	6,1	19,6	152,25	243*
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром)(2-й вариант)	150	0,075	0	11,25	45	150	0,075	0	11,25	45	503*
Итого за завтрак:	**313**	**7,695**	**12,93**	**55,44**	**367,25**	**313**	**7,695**	**12,93**	**55,44**	**367,25**	
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	0,43	4,5	1,9	49,8	30	0,43	4,5	1,9	49,8	13***
Суп картофельный с крупой	180	1,42	1,96	10,5	65,34	180	1,42	1,96	10,5	65,34	80**
Фрикадельки мясные в соусе	70	6,65	10,71	7,98	154,7	70	6,65	10,71	7,98	154,7	288*
Макаронные изделия отварные	100	3,77	0,45	19,36	96,6	100	3,77	0,45	19,36	96,6	297*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0	20,25	72	150	0,37	0	20,25	72	527*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за обед:	**560**	**14,62**	**17,98**	**70,19**	**492,74**	**560**	**14,62**	**17,98**	**70,19**	**492,74**	
Полдник											
Каша ячневая молочная	150	5,1	6,1	19,6	152,25	150	5,1	6,1	19,6	152,25	6***
Чай с молоком (2-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25	507*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5	114*
Итого за полдник:	**350**	**11,3**	**8,52**	**56,12**	**329**	**350**	**11,3**	**8,52**	**56,12**	**329**	
Ужин											
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5	534*
Булочка Дорожная	50	2,24	0,22	13,94	66,84	50	2,24	0,22	13,94	66,84	Ттк 1,15
Итого за ужин:	**200**	**6,59**	**3,97**	**21,14**	**146,34**	**200**	**6,59**	**3,97**	**21,14**	**146,34**	

Зав.производством : Засухина Т.В._____
Калькулятор: Лапшина О.Ф._____

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.