Бузулукский филиал
ООО «Комбинат
школьного питания
«ПОДРОСТОК»

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Меню

10 января 2025 г.
Пятница

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех.карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичее	
Завтрак											
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Повидло	10	0,025	4,12	0,04	37,4	10	0,025	4,12	0,04	37,4	111*
Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	6,47	24,3	172,05	150	4,16	6,47	24,3	172,05	274*
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25	508*
Итого за завтрак:	**330**	**7,975**	**16,51**	**43,65**	**338,29**	**330**	**7,975**	**16,51**	**43,65**	**338,29**	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7	11***
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,83	4,01	10	79,9	180	1,83	4,01	10	79,9	162*
Котлеты рубленые	50	6,65	10,71	7,98	154,7	50	6,65	10,71	7,98	154,7	288*
Соус сметанный с томатом	20					20					
Каша пшеничная рассыпчатая	100	3	4,09	16,6	119	100	3	4,09	16,6	119	249*
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,39	0	21,6	76,8	150	0,39	0	21,6	76,8	526*
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**	**14,3**	**20,82**	**68,9**	**511,4**	**560**	**14,3**	**20,82**	**68,9**	**511,4**	
Полдник											
Рагу из овощей	100	1,56	8,23	8,65	106	100	1,56	8,23	8,65	106	137*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	516*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5	114*
Итого за полдник:	**300**	**5,43**	**8,63**	**44,5**	**268,5**	**300**	**5,43**	**8,63**	**44,5**	**268,5**	
Ужин											
Фруктовый чай	150	0,187	0,187	19,01	78,05	150	0,187	0,187	19,01	78,05	Ттк 24
Булочка молочная	50	3,4	1,86	25,53	124,6	50	3,4	1,86	25,53	124,6	589*
Итого за ужин:	**200**	**3,587**	**2,047**	**44,54**	**202,65**	**200**	**3,587**	**2,047**	**44,54**	**202,65**	

Зав.производством : Засухина Т.В. ЗАСУХИНА Т.В
Калькулятор: Лапшина О.Ф. ЛАПШИНА О.Ф