



Меню

9 июня 2025 г.

Понедельник (день)

Наименование блюда

	1-3 года				3-7 лет				тех. карт	
	Масса	Белки	Жиры	Углеб.	Энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углеб.	энергетичес
Завтрак										
Печенье	40	2,99	3,91	29,74	166	40	2,99	3,91	29,74	166 609*
Масло сливочное (порциями)	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2 366*
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*
Итого за завтрак:	345	11,64	13,5	61,26	395,7	345	11,64	13,5	61,26	395,7
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**
Гуляш	70	6,02	14,65	2,52	166,11	70	6,02	14,65	2,52	166,11 103
Макаронные изделия отварные	100	5,77	0,45	19,36	96,6	100	5,77	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	13,99	21,92	64,73	504,15	560	13,99	21,92	64,73	504,15
Полдник										
Ргу из овощей	100	1,57	8,23	8,66	115,17	100	1,57	8,23	8,66	115,17 137*
Чай с сахаром, вареньем, медом (сахаром) (2-й вариант)	150	0,075	0	11,25	45	150	0,075	0	11,25	45 503*
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	5,445	8,63	44,51	277,67	300	5,445	8,63	44,51	277,67
Ужин										
Молоко кипяченное	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5 534*
Булочка молочная	50	2,34	0,22	13,94	66,84	50	2,34	0,22	13,94	66,84 585*
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: Лапина О.Ф.

Засухина Т.В.

Лапина О.Ф.