

Меню

12 февраля 2025 г.
Среда (3 день)

Наименование блюда

	1-3 года				3-7 лет				тех. карт	
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	Масса	Белки	Жиры		Углев.
Завтрак										
Хлеб белый	20	1,38	3,89	7,38	69,58	20	1,38	3,89	7,38	69,58
Сыр порциями	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2
Каша манная молочная жидкая	150	4,65	5,59	23,14	161,4	150	4,65	5,59	23,14	161,4
Фруктовый чай с яблоком	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108
Итого за завтрак:	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 с капусты с картофелем	180	1,26	3,58	5,59	57,96	180	1,26	3,58	5,59	57,96
Плов из отварной говядины	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
Фруктовый чай	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51
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	4,185	6,27	38,46	229,3	280	4,19	6,27	38,46	229,3
Ужин										
Ряженка	150	4,2	4,78	6,13	84,39	150	4,2	4,78	6,13	84,39
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,32	31,9	155	50	4,25	2,32	31,9	155
Итого за ужин:	200	8,45	7,1	38,03	239,39	200	8,45	7,1	38,03	239,39
Зав. производством : Засукина Т.В.										
Калькулятор: Лапина О.Ф.										

Засукина Т.В.
ЗАСУКИНА Т.В.

РАССЧЕТЫ: О.Ф.



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением