

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

15 марта 2025г
Вторник (2 день)

Меню

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса порций	Белки	Жиры	Углев.	энергетическая ценность (ккал)	Масса порций	Белки	Жиры	Углев.	энергетическая ценность (ккал)	
Завтрак											
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	65,59	20	1,39	3,9	7,39	65,59	114*
Сыр порциями	5	1,27	1,3	0	17,15	5	1,27	1,3	0	17,15	106*
Каша манная молочная жидкая	150	4,65	5,59	23,14	161,5	150	4,65	5,59	23,14	161,5	268*
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108	508*
Итого за завтрак:	325	10,01	13,26	49,28	352,24	325	10,01	13,26	49,28	352,24	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Винегрет овощной	30	0,39	3,24	2,04	39	30	0,39	3,24	2,04	39	82*
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	147*
Жаркое по-домашнему	150	17,73	15,82	11,32	258,41	150	17,73	15,82	11,32	258,41	374*
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72	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:	540	21,73	23,15	46,47	481,67	540	21,73	23,15	46,47	481,67	
Полдник											
Оладьи	94	7,48	7,48	38,73	99,7	94	7,48	7,48	38,73	99,7	Ттк №1.66
Повидло	10	0,033	0	6,5	25	10	0,033	0	6,5	25	Ттк 1.6
Фруктовый чай	150	0	0	17,4	69,6	150	0	0	17,4	69,6	Ттк 24
Итого за полдник:	254	7,51	7,48	62,63	194,3	254	7,51	7,48	62,63	194,3	
Ужин											
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1,05	0	21,75	91,5	150	1,05	0	21,75	91,5	516*
Ватрушка с творожным фаршем	50	3	1,42	18,5	98,32	50	3	1,42	18,5	98,32	560*
Итого за ужин:	200	4,05	1,42	40,25	189,82	200	4,05	1,42	40,25	189,82	

Зав. производством : Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапина О.Ф.

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПИНА О.Ф.