



Согласовано
Заведующий отделом опеки и попечительства
Оренбургская область

Меню

15 мая 2025 г.
Четверг (4 день)

Наименование блюда	1-3 года				3-7 лет				тех. карт	
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес
Завтрак										
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59 114*
Масло сливочное (порциями)	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2 366*
Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	150	5,37	7,05	21,6	171,3	150	5,37	7,05	21,6	171,3 272*
Чай с молоком (2-й вариант)	150	1,12	0,97	13,05	65,25	150	1,12	0,97	13,05	65,25 507*
Итого за завтрак:	325	9,03	13,39	42,04	324,34	325	9,03	13,39	42,04	324,34
Завтрак 2										
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46 537*
Обед										
Салат из свеклы отварной	30	0,33	3,03	3,18	41,4	30	0,33	3,03	3,18	41,4 51*
Суп картофельный с бобовыми	180	1,65	3,06	11,5	77,7	180	1,65	3,06	11,5	77,7 149*
Шницель «Сытный»	50	7,88	4,66	6,28	98,41	50	7,88	4,66	6,28	98,41 111*
Картофельное пюре	100	2,1	4,4	10,9	92	100	2,1	4,4	10,9	92 434*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72 527*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3 114*
Итого за обед:	540	14,31	15,66	59,38	435,81	540	14,31	15,66	59,38	435,81
Полдник										
Омлет натуральный	100	8,61	13,72	2,3	163	100	8,61	13,72	2,3	163 307*
Чай с сахаром, вареньем, медом (сахаром) (2-й вариант)	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51 503*
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	12,50	14,12	39,65	331,5	300	12,50	14,12	39,65	331,5
Ужин										
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5 534*
Гренки из пшеничного хлеба	20	2,24	0,22	13,94	66,84	20	2,24	0,22	13,94	66,84 176*
Итого за ужин:	170	6,59	3,97	21,14	146,34	170	6,59	3,97	21,14	146,34

ЗАСУХИНА Т.Е.
КАРПИНА С.Ф.

Зав. производством: Засухина Т.Е.
Калькулятор: Карпина С.Ф.