

20 февраля 2025 г.  
Четверг (9 день)

Меню



Наименование блюда	1-3 года				3-7 лет				тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углеб.	энергетич.	Масса	Белки	Жиры	

<b>Завтрак</b>										
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59 114*
Повидло	10	0,05	3,6	7,19	28,96	10	0,05	3,6	7,19	28,96 Тк1,6
Каша из хлопьев овсяных «Грутлес» 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*
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>330</b>	<b>7,93</b>	<b>15,52</b>	<b>49,23</b>	<b>335,1</b>	<b>330</b>	<b>7,93</b>	<b>15,52</b>	<b>49,23</b>	<b>335,1</b>
<b>Завтрак 2</b>										
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46 537*
<b>Обед</b>										
Салат из свежесы 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*
Пшеница «Сытный»	50	7,88	4,66	6,28	98,41	50	7,88	4,66	6,28	98,41 Тк1
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*
<b>Итого за обед:</b>	<b>540</b>	<b>14,31</b>	<b>15,66</b>	<b>59,38</b>	<b>435,81</b>	<b>540</b>	<b>14,31</b>	<b>15,66</b>	<b>59,38</b>	<b>435,81</b>
<b>Подлник</b>										
Омлет натуральным	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*
<b>Итого за подлник:</b>	<b>300</b>	<b>12,50</b>	<b>14,12</b>	<b>39,65</b>	<b>331,5</b>	<b>300</b>	<b>12,50</b>	<b>14,12</b>	<b>39,65</b>	<b>331,5</b>
<b>Ужин</b>										
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*
<b>Итого за ужин:</b>	<b>170</b>	<b>6,59</b>	<b>3,97</b>	<b>21,14</b>	<b>146,34</b>	<b>170</b>	<b>6,59</b>	<b>3,97</b>	<b>21,14</b>	<b>146,34</b>

Зав. производством: Засухина Т.В.  
Калькулятор: Лапина О.Ф.

*(Signature)*

**ЗАСУХИНА**  
**ЛАПИНА**