

Меню

21 февраля 2025г.
Пятница(10 день)

Наименование блюда

тех. карт

	1-3 года					3-7 лет				
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче
Завтрак										
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59
Масло сливочное (порциями)	5	0,025	4,12	0,04	37,4	5	0,025	4,12	0,04	37,4
Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	6,47	24,3	172,05	150	4,16	6,47	24,3	172,05
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25
Итого за завтрак:	325	7,975	16,51	43,65	338,29	325	7,975	16,51	43,65	338,29
Завтрак 2										
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46
Обед										
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7
Суп-лапша домашняя	180	1,83	4,01	10	79,9	180	1,83	4,01	10	79,9
Фрикадельки мясные в соусе	70	6,65	10,71	7,98	154,7	70	6,65	10,71	7,98	154,7
Каша пшеничная рассыпчатая	100	3	4,09	16,6	119	100	3	4,09	16,6	119
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,39	0	21,6	76,8	150	0,39	0	21,6	76,8
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3
Итого за обед:	560	14,3	20,82	68,9	511,4	560	14,3	20,82	68,9	511,4
Полдник										
Рагу из овощей	100	1,56	8,23	8,65	106	100	1,56	8,23	8,65	106
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5
Итого за полдник:	300	5,43	8,63	44,5	268,5	300	5,43	8,63	44,5	268,5
Ужин										
Фруктовый чай	150	0,187	0,187	19,01	78,05	150	0,187	0,187	19,01	78,05
Сдоба обыкновенная	40	3,4	1,86	25,53	124,6	40	3,4	1,86	25,53	124,6
Итого за ужин:	190	3,587	2,047	44,54	202,65	190	3,587	2,047	44,54	202,65
Зав. производством : Засухина Т.В.										
Калькулятор: Лапшина О.Ф.										

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением