



Меню

21 марта 2025г.
Пятница(5 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*
Повидло	10	0,033	0	6,5	25	10	0,033	0	6,5	25	ТТК1.6
Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	6,47	24,3	172,05	150	4,16	6,47	24,3	172,05	274*
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25	508*
Итого за завтрак:	330	7,983	12,39	50,11	325,89	330	7,983	12,39	50,11	325,89	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7	11***
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,94	2,05	13,55	80,1	180	1,94	2,05	13,55	80,1	152*
Фрикадельки куриные в соусе	70	4,04	7,38	5,58	116,45	70	4,04	7,38	5,58	116,45	ТТК1.09
Каша пшеничная рассыпчатая	100	4,33	4,64	25,68	161,8	100	4,33	4,64	25,68	161,8	249*
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:	560	13,11	16,23	74,85	511,35	560	13,11	16,23	74,85	511,35	
Полдник											
Рагу из овощей	100	1,58	8,24	8,67	115	100	1,58	8,24	8,67	115	137*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	516*
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	5,45	8,64	44,52	277,5	300	5,45	8,64	44,52	277,5	
Ужин											
Фруктовый чай	150	0,187	0,187	19,01	78,05	150	0,187	0,187	19,01	78,05	Ттк 24
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83	50	4,25	2,33	29,42	155,83	589*
Итого за ужин:	200	4,437	2,517	48,43	233,88	200	4,437	2,517	48,43	233,88	

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

ЗАСУХИНА

ЛАПШИНА О.Ф.