

21 мая 2025 г.
Среда (8 день)

Наименование блюда

тех. карт

Завтрак

Хлеб белый

Повидло

Суп молочный с макаронными изделиями

Чай с молоком (2-й вариант)

Итого за завтрак:

Завтрак 2

Сок фруктовый

Обед

Салат из свежесы вареной

Суп картофельный с бобовыми

Жаркое по-домашнему

Компот из сушеных фруктов (ябл.)

Хлеб пшеничный в/с

Итого за обед:

Полдник

Каша ячневая молочная

Фруктовый чай

Хлеб ржано-пшеничный

Итого за полдник:

Ужин

Молоко кипяченое

Крепитель сахарный

Итого за ужин:

Зав. производством: Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапина О.Ф.



Составлено
Заведующий образовательным учреждением

Меню

	1-3 года				3-7 лет				энергетичес.
	Масса	Белки	Жиры	Углеб.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39
Повидло	10	0,033	0	6,5	25	10	0,033	0	6,5
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,27	3,94	14,23	109,5	150	4,27	3,94	14,23
Чай с молоком (2-й вариант)	150	1,12	0,97	13,05	65,25	150	1,12	0,97	13,05
Итого за завтрак:	330	6,813	8,81	41,17	269,34	330	6,813	8,81	41,17
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	46
Обед									
Салат из свежесы вареной	30	0,33	3,03	3,18	41,4	30	0,33	3,03	3,18
Суп картофельный с бобовыми	180	1,65	3,06	11,5	77,7	180	1,65	3,06	11,5
Жаркое по-домашнему	130	11,83	12,34	13,63	212,57	130	11,83	12,34	13,63
Компот из сушеных фруктов (ябл.)	150	0,075	0	11,25	45	150	0,075	0	11,25
Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	5,46	24,6	117,5	50	3,8	5,46	24,6
Итого за обед:	540	17,69	23,89	64,16	494,17	540	17,69	23,89	64,16
Полдник									
Каша ячневая молочная	150	5,1	6,1	19,6	152,25	150	5,1	6,1	19,6
Фруктовый чай	150	0,187	0,187	19,01	78,05	150	0,187	0,187	19,01
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2
Итого за полдник:	330	7,267	6,647	48,81	284,6	330	7,267	6,647	48,81
Ужин									
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2
Крепитель сахарный	50	4,35	3,75	7,2	79,5	50	4,35	3,75	7,2
Итого за ужин:	200	8,7	7,5	14,4	159	200	8,7	7,5	14,4
Зав. производством: Засухина Т.В.									
Калькулятор: Лапина О.Ф.									

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПИНА О.Ф.