

Зулуковский филиал  
ООО «Комбинат  
ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ  
«ПРОС-Меню»

28 января 2025 г.  
Вторник (2 день)

Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением



Наименование блюда	1-3 года				3-7 лет				тех. карт	
	Масса	Белки	Жиры	Углеб.	энергетич.	Масса	Белки	Жиры		Углеб.
<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 Ттк 1.6
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*
Кофейный напиток с молоком	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25 514*
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>330</b>	<b>9,21</b>	<b>16,57</b>	<b>48,1</b>	<b>329,1</b>	<b>330</b>	<b>9,21</b>	<b>16,57</b>	<b>48,1</b>	<b>329,1</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 «Степной»	30	0,72	3,09	5,4	52,32	30	0,72	3,09	5,4	52,32 11***
Суп картофельный с крупой	180	1,42	1,96	10,5	65,34	180	1,42	1,96	10,5	65,34 80*
Шницель «Сытный»	50	7,88	4,66	6,28	98,41	50	7,88	4,66	6,28	98,41 Ттк 1.1
Пюре из гороха	100	9,74	0,96	19,37	116,4	100	9,74	0,96	19,37	116,4 422*
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,37	0	20,25	72	150	0,37	0	20,25	72 526*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5 114*
<b>Итого за обед:</b>	<b>560</b>	<b>23,93</b>	<b>11,07</b>	<b>86,4</b>	<b>521,97</b>	<b>560</b>	<b>23,93</b>	<b>11,07</b>	<b>86,4</b>	<b>521,97</b>
<b>Полдник</b>										
Макаронны запеченные с сыром	100	6,05	5,04	17	137	100	6,05	5,04	17	137 302*
Чай с сахаром, вареньем, медом (сахаром) (2-й вариант)	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45 503*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3 116*
<b>Итого за полдник:</b>	<b>280</b>	<b>8,1</b>	<b>5,4</b>	<b>38,45</b>	<b>236,3</b>	<b>280</b>	<b>8,10</b>	<b>5,4</b>	<b>38,45</b>	<b>236,3</b>
<b>Ужин</b>										
Гренки из пшеничного хлеба	20	2,24	0,22	13,94	66,84	20	2,24	0,22	13,94	66,84 176*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5 516*
<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.  
**ЛАПИНА О.Ф.**