

«... ДУСАВОН ШИША»
ЖОО БОСМАНАТ
 ЖАҢАЖАТОВ ЖАҢАГАБИ
 , ЖОО БУСАВОН ШИША

29 января 2025г
 Среда (3 день)



Согласовано
 Заведующий образовательным учреждением

Наименование блюда	1-3 года				3-7 лет				тех. карт	
	Масса	Белок	Жир	Углев.	энергетиче	Масса	Белок	Жир		Углев.
Завтрак										
Хлеб белый	20	1,38	3,89	7,38	69,58	20	1,38	3,89	7,38	69,58 114*
Сыр порцини	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2 106*
Каша манная молочная жидкая	150	4,65	5,59	23,14	161,4	150	4,65	5,59	23,14	161,4 268*
Фруктовый чай с яблоком	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108 Трк 1.01
Итого за завтрак:	325	9,88	13,42	49,27	357,18	325	9,88	13,42	49,27	357,18
Завтрак 2										
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46 537*
Обед										
Салат «Здоровье»	30	0,42	4,5	1,89	49,83	30	0,42	4,5	1,89	49,83 13***
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,26	3,58	5,59	57,96	180	1,26	3,58	5,59	57,96 147*
Фрикадельки мясные в соусе	70	13,7	11,17	29,07	271	70	13,7	11,17	29,07	271 288*
Каша пшеничная рассыпчатая	100	3	4,09	16,6	119	100	3	4,09	16,6	119 249*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,15	17,32	72	150	0,7	0,15	17,32	72 527*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5 114*
Итого за обед:	580	22,88	23,89	95,07	687,29	580	22,88	23,89	95,07	687,29
Полдник										
Картофель тушеный в соусе	100	2,12	5,91	15,51	124	100	2,12	5,91	15,51	124 133*
Фруктовый чай	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51 Трк 1.6
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3 116*
Итого за полдник:	280	4,185	6,27	38,46	229,3	280	4,19	6,27	38,46	229,3
Ужин										
Ряженка	150	4,2	4,78	6,13	84,39	150	4,2	4,78	6,13	84,39 535*
Слоба обыкновенная	50	4,25	2,32	31,9	155	50	4,25	2,32	31,9	155 589*
Итого за ужин:	200	8,45	7,1	38,03	239,39	200	8,45	7,1	38,03	239,39

(Signature)

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

ЗАСУХИНА Т.В.
ЛАПИШИНА О.Ф.