

МУНИЦИПАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ДЕТСКИЙ САД № 7»  
Г. БУЗУЛУК



Меню

31 июля 2024г.  
Среда (3 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергет	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетическ	
<b>Завтрак</b>											
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Сыр порциями	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2	366*
Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,55	5,61	27,37	182,2	150	5,55	5,61	27,37	182,2	273*
Чай сладкий с лимоном	150	1,12	0,97	13,05	65,25	150	1,12	0,97	13,05	65,25	505*
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>325</b>	<b>9,21</b>	<b>11,95</b>	<b>47,81</b>	<b>335,24</b>	<b>325</b>	<b>9,21</b>	<b>11,95</b>	<b>47,81</b>	<b>335,24</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>											
Винегрет овощной	30	0,52	1,84	2,52	28,44	30	0,52	1,84	2,52	28,44	82*
Рассольник ленинградский	180	1,68	4,09	13,27	96,6	180	1,68	4,09	13,27	96,6	76**
Котлеты рубленные	50	4,66	4,68	4,68	88,2	50	4,66	4,68	4,68	88,2	282**
Пюре из гороха	100	9,74	0,96	19,37	116,4	100	9,74	0,96	19,37	116,4	422*
Компот из сушеных фруктов (яюм)	150	1,05	0	21,75	91,5	150	1,05	0	21,75	91,5	531*
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 обед:</b>	<b>540</b>	<b>19,63</b>	<b>11,93</b>	<b>71,79</b>	<b>475,44</b>	<b>540</b>	<b>19,63</b>	<b>11,93</b>	<b>71,79</b>	<b>475,44</b>	
<b>Полдник</b>											
Картофель тушеный в соусе	120	2,54	7,09	18,61	148,8	120	2,54	7,09	18,61	148,8	133*
Фруктовый чай с яблоком	150	0,08	0	12,16	48,8	150	0,08	0	12,16	48,8	ТТК1.01
Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,76	70,5	50	2,28	0,24	14,76	70,5	114*
<b>Итого за полдник:</b>	<b>320</b>	<b>4,9</b>	<b>7,33</b>	<b>45,53</b>	<b>268,1</b>	<b>320</b>	<b>4,9</b>	<b>7,33</b>	<b>45,53</b>	<b>268,1</b>	
<b>Ужин</b>											
Кофейный напиток с молоком	150	0,39	3,35	21,6	76,8	150	0,39	3,35	21,6	76,8	514*
Печенье	33	2,47	3,23	24,54	137	33	2,47	3,23	24,54	137	609*
<b>Итого за ужин:</b>	<b>183</b>	<b>2,86</b>	<b>6,58</b>	<b>46,14</b>	<b>213,8</b>	<b>183</b>	<b>2,86</b>	<b>6,58</b>	<b>46,14</b>	<b>213,8</b>	

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

ЗАСУКИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.