

ЛУКСКИЙ ЗАДАТ.
ООО КОМБИНАТ
КОЛЬНОГО ВИТАМИ
ПОДРОСТОК.



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Меню

6 ноября 2024г.
Среда (2 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 | 65,59 | 20 | 1,39 | 3,9 | 7,39 | 65,59 | 114* |
| Повидло | 10 | 0,05 | 3,6 | 7,19 | 28,96 | 10 | 0,05 | 3,6 | 7,19 | 28,96 | Ттк 1.6 |
| Каша манная молочная жидкая | 150 | 4,65 | 5,59 | 23,14 | 161,5 | 150 | 4,65 | 5,59 | 23,14 | 161,5 | 268* |
| Какао с молоком (1-й вариант) | 150 | 2,7 | 2,47 | 18,75 | 108 | 150 | 2,7 | 2,47 | 18,75 | 108 | 508* |
| Итого за завтрак: | 330 | 8,79 | 15,56 | 56,47 | 364,05 | 330 | 8,79 | 15,56 | 56,47 | 364,05 | |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 100 | 0,05 | 0,1 | 0,1 | 46 | 100 | 0,05 | 0,1 | 0,1 | 46 | 537* |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| Икра морковная или свекольная (морковная) | 30 | 0,33 | 3,03 | 2,73 | 39,6 | 30 | 0,33 | 3,03 | 2,73 | 39,6 | 54** |
| Щи из свежей с капусты с картофелем | 180 | 1,26 | 3,58 | 5,59 | 57,96 | 180 | 1,26 | 3,58 | 5,59 | 57,96 | 147* |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 15,35 | 11,8 | 15,08 | 227,77 | 150 | 15,35 | 11,8 | 15,08 | 227,77 | 374* |
| 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: | 540 | 19,29 | 18,92 | 50,92 | 451,63 | 540 | 19,29 | 18,92 | 50,92 | 451,63 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| Каша гречневая вязкая (молочная) | 100 | 3 | 4,1 | 16,6 | 119 | 100 | 3 | 4,1 | 16,6 | 119 | 254* |
| Фруктовый чай | 150 | 0,085 | 0 | 12,75 | 51 | 150 | 0,085 | 0 | 12,75 | 51 | 503* |
| 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 | 6,89 | 4,5 | 53,95 | 287,5 | 300 | 6,89 | 4,5 | 53,95 | 287,5 | |
| Ужин | | | | | | | | | | | |
| Кисель из концентрата плодового или ягодного | 150 | 1,05 | 0 | 21,75 | 91,5 | 150 | 1,05 | 0 | 21,75 | 91,5 | 516* |
| Ватрушка с творожным фаршем | 50 | 3 | 1,42 | 18,5 | 98,32 | 50 | 3 | 1,42 | 18,5 | 98,32 | 560* |
| Итого за ужин: | 200 | 4,05 | 1,42 | 40,25 | 189,82 | 200 | 4,05 | 1,42 | 40,25 | 189,82 | |

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

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.