

Меню

17 июля 2025 г.
Четверг (9 день)

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением



тех.карт

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет				
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес
Завтрак										
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59 114*
Масло сливочное (порциями)	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2 366*
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*
Чай с молоком (2-й вариант)	150	1,12	0,97	13,05	65,25	150	1,12	0,97	13,05	65,25 507*
Итого за завтрак:	325	9,03	13,39	42,04	324,34	325	9,03	13,39	42,04	324,34
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**
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 ТТК1
Картофельное пюре	100	2,1	4,4	10,9	92	100	2,1	4,4	10,9	92 434*
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72 526*
Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	5,46	24,6	117,5	50	3,8	5,46	24,6	117,5 114*
Итого за обед:	560	15,9	19,66	72,33	484,85	560	15,9	19,66	72,33	484,85
Полдник										
Макароны запеченные с сыром	100	6,05	5,04	17	137	100	6,05	5,04	17	137 302*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3 116*
Чай с лимоном	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51 505*
Итого за полдник:	280	8,12	5,4	39,95	242,3	280	8,12	5,4	39,95	242,3
Ужин										
Печенье	33	2,29	6,43	12,19	114,8	33	2,29	6,43	12,19	114,8 609*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45 516*
Итого за ужин:	183	2,36	6,43	23,44	159,8	183	2,36	6,43	23,44	159,8

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