



Меню

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

14 марта 2025 г.
Пятница (10 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	1,38	3,89	7,38	69,58	20	1,38	3,89	7,38	69,58	114*
Повидло	10	0,05	3,6	7,19	28,96	10	0,05	3,6	7,19	28,96	Ттк 1.6
Каша пшениная молочная жидкая	150	5,85	7,09	26,85	212,7	150	5,85	7,09	26,85	212,7	273*
Кофейный напиток с молоком	150	1,5	1,79	19,23	98,9	150	1,5	1,79	19,23	98,9	514*
Итого за завтрак:	330	8,78	16,37	60,65	410,14	330	8,78	16,37	60,65	410,14	
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**
Борщ вегетарианский	180	1,94	2,05	13,55	80,1	180	1,94	2,05	13,55	80,1	59**
Биточки «Клас-сные»	50	6,93	6,23	3,12	96,43	50	6,93	6,23	3,12	96,43	Ттк 11
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	0,39	0	21,6	76,8	150	0,39	0	21,6	76,8	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	13,67	16,07	62,1	439,23	540	13,67	16,07	62,1	439,23	
Полдник											
Блинчики с пылу жару	93	7,4	7,15	29,64	212,7	93	7,4	7,15	29,64	212,7	Ттк1.02
Соус молочный сладкий	30	0,82	1,9	4,71	39,15	30	0,82	1,9	4,71	39,15	449*
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром)		0,075	0	11,25	45	150	0,075	0	11,25	45	503*
Итого за полдник:	123	8,295	9,05	45,6	296,85	273	8,30	9,05	45,6	296,85	
Ужин											
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,08	0	12,16	48,8	150	0,08	0	12,16	48,8	516*
Гренки из пшеничного хлеба	20	2,24	0,22	13,94	66,84	20	2,24	0,22	13,94	66,84	176*
Итого за ужин:	170	2,32	0,22	26,1	115,64	170	2,32	0,22	26,1	115,64	

Зав.производством : Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапшина О.Ф.

ЗАСУХИНА Т. В.

ЛАПШИНА О. Ф.