

Меню



разработано
образовательным учреждением



4 июля 2025 г.
Пятница (10 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Угл.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Угл.	энергетичес	
Завтрак											
Хлеб белый	20	1,38	3,89	7,38	69,58	20	1,38	3,89	7,38	69,58	114*
Сыр порциями	5	1,27	1,3	0	17,15	5	1,27	1,3	0	17,15	106*
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:	325	10	14,07	53,46	398,33	325	10	14,07	53,46	398,33	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7	11***
Рассольник ленинградский	180	1,68	4,09	13,27	96,6	180	1,68	4,09	13,27	96,6	76**
Биточки «Клас-сные»	50	6,93	6,23	3,12	96,43	50	6,93	6,23	3,12	96,43	Ттк 11
Пюре из гороха	100	9,74	0,96	19,37	116,4	100	9,74	0,96	19,37	116,4	422*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,15	17,32	72	150	0,7	0,15	17,32	72	527*
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	21,48	13,44	65,8	462,43	540	21,48	13,44	65,8	462,43	
Полдник											
Омлет натуральный	100	8,61	13,72	2,3	163	100	8,61	13,72	2,3	163	307*
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром)		0,075	0	11,25	45	150	0,075	0	11,25	45	503*
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	40	3,04	0,32	19,68	94	114*
Итого за полдник:	140	11,73	14,04	33,23	302	290	11,73	14,04	33,23	302	
Ужин											
Фруктовый чай с яблоком	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108	Ттк 1.01
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	4,94	2,69	32,69	174,84	170	4,94	2,69	32,69	174,84	

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.