

Бузулукский филиал
ООО «Комбинат
школьного питания
«ПОДРОСТОК»
Меню

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением



10 января 2025 г.
Пятница

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	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Повидло	10	0,025	4,12	0,04	37,4	10	0,025	4,12	0,04	37,4	111*
Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	6,47	24,3	172,05	150	4,16	6,47	24,3	172,05	274*
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25	508*
Итого за завтрак:	330	7,975	16,51	43,65	338,29	330	7,975	16,51	43,65	338,29	
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***
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,83	4,01	10	79,9	180	1,83	4,01	10	79,9	162*
Каша пшеничная	50	0,66	10,71	7,90	124,7	50	0,66	10,71	7,90	124,7	299*
Соус сметанный с томатом	20					20					
Каша пшеничная рассыпчатая	100	3	4,09	16,6	119	100	3	4,09	16,6	119	249*
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:	560	14,3	20,82	68,9	511,4	560	14,3	20,82	68,9	511,4	
Полдник											
Рагу из овощей	100	1,56	8,23	8,65	106	100	1,56	8,23	8,65	106	137*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	516*
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	5,43	8,63	44,5	268,5	300	5,43	8,63	44,5	268,5	
Ужин											
Фруктовый чай	150	0,187	0,187	19,01	78,05	150	0,187	0,187	19,01	78,05	Ттк 24
Булочка молочная	50	3,4	1,86	25,53	124,6	50	3,4	1,86	25,53	124,6	589*
Итого за ужин:	200	3,587	2,047	44,54	202,65	200	3,587	2,047	44,54	202,65	

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

Засухина Т.В.
Лапина О.Ф.