

Бузулукский филиал
ООО «Комбинат
школьного питания
«ПОДРОСТОК»

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением



Меню

13 января 2025 г
Понедельник (1 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	
Завтрак											
Печенье	33	2,29	6,43	12,19	114,8	33	2,29	6,43	12,19	114,8	609*
Масло сливочное порциями	5	0,025	4,12	0,04	37,4	5	0,025	4,12	0,04	37,4	111*
Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,55	5,61	27,37	182,2	150	5,55	5,61	27,37	182,2	273*
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:	338	8,985	17,13	52,65	399,65	338	8,985	17,13	52,65	399,65	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Винегрет овощной	30	0,52	4,32	2,72	55,6	30	0,52	4,32	2,72	55,6	82*
Суп картофельный с макаронами и овощами	180	1,94	7,05	13,55	80,1	180	1,94	7,05	13,55	80,1	152*
Котлеты рыбные	50	6,95	1,05	4,8	56,5	50	6,95	1,05	4,8	56,5	351*
Капуста тушеная	100	81,89	3,23	9,42	78,1	100	81,89	3,23	9,42	78,1	428*
Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	1,05	0	21,75	91,5	150	1,05	0	21,75	91,5	531*
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,6	72,4	40	2,64	0,48	13,6	72,4	116*
Итого за обед:	550	94,99	11,13	65,84	434,2	550	94,99	11,13	65,84	434,2	
Полдник											
Каша гречневая рассыпчатая с луком	100	5,28	11,4	22,97	215,4	100	5,28	11,4	22,97	215,4	244*
Чай сладкий с лимоном	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51	505*
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	40	3,04	0,32	19,68	94	114*
Итого за полдник:	290	8,405	11,72	55,4	360,4	290	8,405	11,72	55,4	360,4	
Ужин											
Булочка «Алтайская»	50	4,3	2,5	26,4	145	50	4,3	2,5	26,4	145	577*
Молоко кипяченое	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72	535*
Итого за ужин:	200	4,67	2,65	43,72	217	200	4,67	2,65	43,72	217	

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

Засухина Т.В.
Засухина Т.В.

Лапшина О.Ф.