

Бузулукский филиал
 ООО «Комбинат
 школьного питания»
 «ПОДРОСТОК»
 Меню

Согласовано
 Заведующий образовательным учреждением



23 декабря 2024 г
 Понедельник (1 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Угл.лев.	энергетич.	Масса	Белки	Жиры	Угл.лев.	энергетич.	
Завтрак											
Печенье											
Масло сливочное порционная	33	2,29	6,43	12,19	114,8	33	2,29	6,43	12,19	114,8	609*
Каша пшеничная молочная жидкая	5	0,025	4,12	0,04	37,4	5	0,025	4,12	0,04	37,4	111*
Чай с молоком (2-й вариант)	150	5,55	5,61	27,37	182,2	150	5,55	5,61	27,37	182,2	273*
Итого за завтрак:	150	1,12	0,97	13,05	65,25	150	1,12	0,97	13,05	65,25	507*
Завтрак 2	338	8,985	17,13	52,65	399,65	338	8,985	17,13	52,65	399,65	
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 макаронными изделиями	180	1,94	2,05	13,55	80,1	180	1,94	2,05	13,55	80,1	152*
Капуста тушеная	50	6,95	1,05	4,8	56,5	50	6,95	1,05	4,8	56,5	351*
Компот из сушеных фруктов (яблон)	100	81,89	3,23	9,42	78,1	100	81,89	3,23	9,42	78,1	428*
Хлеб пшеничный	150	1,05	0	21,75	91,5	150	1,05	0	21,75	91,5	531*
Итого за обед:	40	2,64	0,48	13,6	72,4	40	2,64	0,48	13,6	72,4	116*
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 стерилизованное	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: Засурина Г.В.
 Калькулятор: Лапшина О.Ф.

Засурина Г.В.
 ЗАСУРИНА Г.В.
 ЛАПШИНА О.Ф.

Жузулукский филиал
ООО «Комбинат
школьного питания
«ПОДРОСТОК»

24 декабря 2024г.
Вторник (7 день)

Меню

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением



Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Угл.ск.	энергетич.	Масса	Белки	Жиры	Угл.ск.	энергетич.	
Завтрак											
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Повидло	10	0,05	3,6	7,19	28,96	10	0,05	3,6	7,19	28,96	Тк 1,6
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*
Кофейный напиток с молоком	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25	514*
Итого за завтрак:	330	9,21	16,57	48,1	329,1	330	9,21	16,57	48,1	329,1	
Завтрак 2											
Салат фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Суп картофельный с крупой	30	0,72	3,09	5,4	22,22	30	0,72	3,09	5,4	22,22	11***
Шницель «Сытный»	180	1,42	1,96	10,5	65,34	180	1,42	1,96	10,5	65,34	80*
Пюре из картофеля	50	7,88	4,66	6,28	98,41	50	7,88	4,66	6,28	98,41	Тк 1,1
Компот из свежих плодов или ягод	100	9,74	0,96	19,37	116,4	100	9,74	0,96	19,37	116,4	422*
Хлеб пшеничный	150	0,37	0	20,25	72	150	0,37	0	20,25	72	526*
Итого за обед:	560	23,93	11,07	86,4	521,97	560	23,93	11,07	86,4	521,97	
Полдник											
Макароны запеченные с сыром	100	6,05	5,04	17	137	100	6,05	5,04	17	137	302*
Чай с сахаром, вареньем, медом (сахаром) (2-й вариант)	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	503*
Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за полдник:	280	8,1	5,4	38,45	236,3	280	8,10	5,4	38,45	236,3	
Ужин											
Гренок из пшеничного хлеба	30	2,24	0,22	13,94	66,84	30	2,24	0,22	13,94	66,84	176*
Каша из концентрата пшеничного или ячменного	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5	516*
Итого за ужин:	180	6,59	3,97	21,14	146,34	180	6,59	3,97	21,14	146,34	

ЗАСУЩА СЪЕ

ЖАШНА О 6

Зав. производством: Засуева Т.В.
Вальчулятор: Лапшина О.Ф.