



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением



28 мая 2025 г.
Среда (3 день)

тех. карт

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет				
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	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
Повидло	10	0,033	0	6,5	25	10	0,033	0	6,5	25
Каша пшениная молочная жидкая	150	5,55	5,61	27,37	182,2	150	5,55	5,61	27,37	182,2
Чай с лимоном	150	1,12	0,97	13,05	65,25	150	1,12	0,97	13,05	65,25
Итого за завтрак:	330	8,093	10,48	54,31	342,04	330	8,093	10,48	54,31	342,04
Завтрак 2										
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46
Обед										
Салат картофельный	30	0,57	1,62	4,02	33	30	0,57	1,62	4,02	33
Рассольник ленинградский	180	1,68	4,09	13,27	96,6	180	1,68	4,09	13,27	96,6
Котлеты рубленые	50	4,66	4,68	4,68	88,2	50	4,66	4,68	4,68	88,2
Пюре из гороха	100	9,74	0,96	19,37	116,4	100	9,74	0,96	19,37	116,4
Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	0,21	0	15,06	60,75	150	0,21	0	15,06	60,75
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3
Итого за обед:	540	18,84	11,71	66,6	449,25	540	18,84	11,71	66,6	449,25
Полдник										
Картофель тушеный в соусе	120	2,55	7,11	18,63	148,8	120	2,55	7,11	18,63	148,8
Фруктовый чай с яблоком	150	0,08	0	12,16	48,8	150	0,08	0	12,16	48,8
Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,76	70,5	50	2,28	0,24	14,76	70,5
Итого за полдник:	320	4,91	7,35	45,55	268,1	320	4,91	7,35	45,55	268,1
Ужин										
Ряженка	150	4,35	3,75	6	75	150	4,35	3,75	6	75
Печенье	33	2,47	3,23	24,54	137	33	2,47	3,23	24,54	137
Итого за ужин:	183	6,82	6,98	30,54	212	183	6,82	6,98	30,54	212

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

ЗАСУХИНА Т.В.
ЛАПШИНА О.Ф.



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением



29 мая 2025 г.
Четверг (4 день)

тех. карт

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет				
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	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*
Масло сливочное (порциями)	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2 366*
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*
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:	325	9,03	13,39	42,04	324,34	325	9,03	13,39	42,04	324,34
Завтрак 2										
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46 537*
Обед										
Салат из свеклы отварной	30	0,33	3,03	3,18	41,4	30	0,33	3,03	3,18	41,4 51**
Суп картофельный с бобовыми	180	1,65	3,06	11,5	77,7	180	1,65	3,06	11,5	77,7 149*
Шницель «Сытный»	50	7,88	4,66	6,28	98,41	50	7,88	4,66	6,28	98,41 111*
Картофельное пюре	100	2,1	4,4	10,9	92	100	2,1	4,4	10,9	92 434*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	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	54,3 114*
Итого за обед:	540	14,31	15,66	59,38	435,81	540	14,31	15,66	59,38	435,81
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) (2-й вариант)	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51 503*
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	12,50	14,12	39,65	331,5	300	12,50	14,12	39,65	331,5
Ужин										
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	79,5	150	4,35	3,75	7,2	79,5 534*
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	6,59	3,97	21,14	146,34	170	6,59	3,97	21,14	146,34

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

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.