



21 апреля 2025 г
Понедельник (6 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех.карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	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 пшенная 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											
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7	11***
Борщ вегетарианский	180	1,94	2,05	13,55	80,1	180	1,94	2,05	13,55	80,1	59**
Курица в соусе с томатом	50	5,6	5,62	1,7	80	50	5,6	5,62	1,7	80	410*
Макаронные изделия отварные	100	3,77	0,45	19,36	96,6	100	3,77	0,45	19,36	96,6	297*
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	15,45	10,25	72,48	447,3	550	15,45	10,25	72,48	447,3	
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.



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

22 апреля 2025 г.
Вторник (7 день)

Меню

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	
Завтрак											
Хлеб белый	20	1,38	3,89	7,38	69,58	20	1,38	3,89	7,38	69,58	114*
Сыр порциями	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2	106*
Каша манная молочная жидкая	150	4,65	5,59	23,14	161,4	150	4,65	5,59	23,14	161,4	268*
Фруктовый чай с яблоком	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108	Ттк 1.01
Итого за завтрак:	325	9,88	13,42	49,27	357,18	325	9,88	13,42	49,27	357,18	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Салат «Здоровье»	30	0,42	4,5	1,89	49,83	30	0,42	4,5	1,89	49,83	13***
Щи из свежей с капусты с картофелем	180	1,26	3,58	5,59	57,96	180	1,26	3,58	5,59	57,96	147*
Плов из свинины	150	13,7	11,17	29,07	271	150	13,7	11,17	29,07	271	411*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,15	17,32	72	150	0,7	0,15	17,32	72	527*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5	114*
Итого за обед:	560	19,88	19,8	78,47	568,29	560	19,88	19,8	78,47	568,29	
Полдник											
Картофель тушеный в соусе	100	2,12	5,91	15,51	124	100	2,12	5,91	15,51	124	133*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	516*
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за полдник:	280	4,17	6,27	36,96	223,3	280	4,17	6,27	36,96	223,3	
Ужин											
Ряженка	150	4,2	4,78	6,13	84,39	150	4,2	4,78	6,13	84,39	535*
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	6,44	5	20,07	151,23	170	6,44	5	20,07	151,23	

Зав.производством : Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапшина О.Ф.

Засухина Т.В.

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.