



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Меню

21 февраля 2025г.
Пятница (10 день)

| Наименование блюда | 1-3 года | | | | 3-7 лет | | | | тех. карт | |
|----------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| | Масса | Белки | Жиры | Углев. | Энергетиче | Масса | Белки | Жиры | | Углев. |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Хлеб белый | 20 | 1,39 | 3,9 | 7,39 | 69,59 | 20 | 1,39 | 3,9 | 7,39 | 69,59 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 0,025 | 4,12 | 0,04 | 37,4 | 5 | 0,025 | 4,12 | 0,04 | 37,4 |
| Каша рисовая молочная жидкая | 150 | 4,16 | 6,47 | 24,3 | 172,05 | 150 | 4,16 | 6,47 | 24,3 | 172,05 |
| Какао с молоком (1-й вариант) | 150 | 2,4 | 2,02 | 11,92 | 59,25 | 150 | 2,4 | 2,02 | 11,92 | 59,25 |
| Итого за завтрак: | 325 | 7,975 | 16,51 | 43,65 | 338,29 | 325 | 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 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Салат «Степной» | 30 | 0,45 | 1,65 | 2,52 | 26,7 | 30 | 0,45 | 1,65 | 2,52 | 26,7 |
| Суп-лапша домашняя | 180 | 1,83 | 4,01 | 10 | 79,9 | 180 | 1,83 | 4,01 | 10 | 79,9 |
| Фрикадельки мясные в соусе | 70 | 6,65 | 10,71 | 7,98 | 154,7 | 70 | 6,65 | 10,71 | 7,98 | 154,7 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | 100 | 3 | 4,09 | 16,6 | 119 | 100 | 3 | 4,09 | 16,6 | 119 |
| Компот из свежих плодов или ягод | 150 | 0,39 | 0 | 21,6 | 76,8 | 150 | 0,39 | 0 | 21,6 | 76,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 54,3 | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 54,3 |
| 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 |
| Кисель из концентрата плодового или ягодного | 150 | 0,07 | 0 | 11,25 | 45 | 150 | 0,07 | 0 | 11,25 | 45 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 |
| 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 |
| Сдоба обыкновенная | 40 | 3,4 | 1,86 | 25,53 | 124,6 | 40 | 3,4 | 1,86 | 25,53 | 124,6 |
| Итого за ужин: | 190 | 3,587 | 2,047 | 44,54 | 202,65 | 190 | 3,587 | 2,047 | 44,54 | 202,65 |

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