

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Меню

7 мая 2024г.
Вторник (2 день)

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Угл.ев.	энергети	Масса	Белки	Жиры	Угл.ев.	энергетичес	
Завтрак											
Хлеб белый											
Повидло	20	1,39	3,9	7,39	65,59	20	1,39	3,9	7,39	65,59	114*
Каша манная молочная жидкая	10	0,05	3,6	7,19	28,96	10	0,05	3,6	7,19	28,96	ТТк 1.6
Какао с молоком (1-й вариант)	150	4,65	5,59	23,14	161,5	150	4,65	5,59	23,14	161,5	268*
Итого за завтрак:	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108	508*
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед											
Икра морковная или свекольная (морковная)	30	0,33	3,03	2,73	39,6	30	0,33	3,03	2,73	39,6	54**
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*
Жаркое по-домашнему из птицы	150	15,35	11,8	15,08	227,77	150	15,35	11,8	15,08	227,77	374*
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72	526*
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за обед:	540	19,29	18,92	50,92	451,63	540	19,29	18,92	50,92	451,63	
Полдник											
Каша гречневая вязкая (молочная)	140	3	4,1	16,6	119	140	3	4,1	16,6	119	254*
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром)	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:	340	6,89	4,5	53,95	287,5	340	6,89	4,5	53,95	287,5	
Ужин											
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1,05	0	21,75	91,5	150	1,05	0	21,75	91,5	516*
Ватрушка с творожным фаршем	50	3	1,42	18,5	98,32	50	3	1,42	18,5	98,32	560*
Итого за ужин:	200	4,05	1,42	40,25	189,82	200	4,05	1,42	40,25	189,82	
Зав.производством : Засухина Т.В.											
Калькулятор: Лапшина О.Ф.											

Л.А. ПИЩАНА О.Ф.