



Согласовано

Заведующий образовательным учреждением

Меню

16 июля 2025 г.

Среда (8 день)

Наименование блюда		3-7 лет					тех. карт
		Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	
Завтрак							
Хлеб белый		20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Повидло		10	0,033	0	6,5	25	ТТК1.6
Суп молочный с макаронными изделиями		150	4,27	3,94	14,23	109,5	171*
Чай с молоком (2-й вариант)		150	1,12	0,97	13,05	65,25	507*
Итого за завтрак:		330	6,813	8,81	41,17	269,34	
Завтрак 2							
Сок фруктовый		100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед							
Салат из свеклы отварной		30	0,33	3,03	3,18	41,4	51**
Суп картофельный с бобовыми		180	1,65	3,06	11,5	77,7	149*
Жаркое по-домашнему		130	11,83	12,34	13,63	212,57	394*
Компот из сушеных фруктов (изюм)		150	0,075	0	11,25	45	531*
Хлеб пшеничный в/с		50	3,8	5,46	24,6	117,5	114*
Итого за обед:		540	17,69	23,89	64,16	494,17	
Полдник							
Каша ячневая молочная		150	5,1	6,1	19,6	152,25	6***
Фруктовый чай		150	0,187	0,187	19,01	78,05	Ттк 24
Хлеб ржано- пшеничный		30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за полдник:		330	7,267	6,647	48,81	284,6	
Ужин							
Молоко кипяченое		150	4,35	3,75	7,2	79,5	534*
Крендель сахарный		50	4,35	3,75	7,2	79,5	659*
Итого за ужин:		200	8,7	7,5	14,4	159	

Зав.производством : Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапшина О.Ф.

ЗАСУХИНА Т.В.

ЛАПШИНА О.Ф.

Меню

17 июля 2025 г.
Четверг (9 день)

Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех.карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	
Завтрак											
Хлеб белый	20	1,39	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											
Икра морковная или свекольная (морковная)	30	0,33	3,03	2,73	39,6	30	0,33	3,03	2,73	39,6	54**
Суп картофельный с крупой	180	1,42	1,96	10,5	65,34	180	1,42	1,96	10,5	65,34	80*
Шницель «Сытный»	50	7,88	4,66	6,28	98,41	50	7,88	4,66	6,28	98,41	114*
Картофельное пюре	100	2,1	4,4	10,9	92	100	2,1	4,4	10,9	92	434*
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,37	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72	526*
Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	5,46	24,6	117,5	50	3,8	5,46	24,6	117,5	114*
Итого за обед:	560	15,9	19,66	72,33	484,85	560	15,9	19,66	72,33	484,85	
Полдник											
Макароны запеченные с сыром	100	6,05	5,04	17	137	100	6,05	5,04	17	137	302*
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Чай с лимоном	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51	505*
Итого за полдник:	280	8,12	5,4	39,95	242,3	280	8,12	5,4	39,95	242,3	
Ужин											
Печенье	33	2,29	6,43	12,19	114,8	33	2,29	6,43	12,19	114,8	609*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	516*
Итого за ужин:	183	2,36	6,43	23,44	159,8	183	2,36	6,43	23,44	159,8	

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

Засухина Т.В.
Лапшина О.Ф.