



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Меню

4 июля 2025 г.
Пятница (10 день)

Наименование блюда	3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	
Завтрак						
Хлеб белый	20	1,38	3,89	7,38	69,58	114*
Сыр порциями	5	1,27	1,3	0	17,15	106*
Каша пшенная молочная жидкая	150	5,85	7,09	26,85	212,7	273*
Кофейный напиток с молоком	150	1,5	1,79	19,23	98,9	514*
Итого за завтрак:	325	10	14,07	53,46	398,33	
Завтрак 2						
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед						
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	11***
Рассольник ленинградский	180	1,68	4,09	13,27	96,6	76**
Биточки «Клас-сные»	50	6,93	6,23	3,12	96,43	Ттк 11
Пюре из гороха	100	9,74	0,96	19,37	116,4	422*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,15	17,32	72	527*
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за обед:	540	21,48	13,44	65,8	462,43	
Полдник						
Омлет натуральный	100	8,61	13,72	2,3	163	307*
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром)		0,075	0	11,25	45	503*
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	114*
Итого за полдник:	140	11,73	14,04	33,23	302	
Ужин						
Фруктовый чай с яблоком	150	2,7	2,47	18,75	108	Ттк 1.01
Гренки из пшеничного хлеба	20	2,24	0,22	13,94	66,84	176*
Итого за ужин:	170	4,94	2,69	32,69	174,84	

Зав.производством : Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапшина О.Ф.


ЗАСУХИНА Т.В.
ЛАПШИНА О.Ф.

Меню

7 июля 2025 г.
Понедельник(1день)



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

Наименование блюда	3-7 лет					тех.карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетиче	
Завтрак						
Печенье	33	2,99	3,91	29,74	166	609*
Масло сливочное (порциями)	5	1,15	1,47	0	18,2	366*
Каша ячневая молочная	150	5,1	6,1	19,6	152,25	6***
Чай с молоком (2-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	507*
Итого за завтрак:	338	11,64	13,5	61,26	395,7	
Завтрак 2						
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
Обед						
Салат «Здоровье»	30	0,43	4,5	1,9	49,8	13***
Суп картофельный с крупой	180	1,42	1,96	10,5	65,34	80**
Гуляш	70	6,02	14,65	2,52	166,11	Ттк1.03
Макаронные изделия отварные	100	3,77	0,45	19,36	96,6	297*
Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0	20,25	72	527*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
Итого за обед:	560	13,99	21,92	64,73	504,15	
Полдник						
Рагу из овощей	100	1,57	8,23	8,66	115,17	137*
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром)(2-й вариант)	150	0,075	0	11,25	45	503*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	114*
Итого за полдник:	300	5,445	8,63	44,51	277,67	
Ужин						
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	79,5	534*
Булочка молочная	50	2,24	0,22	13,94	66,84	585*
Итого за ужин:	200	6,59	3,97	21,14	146,34	

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

(Handwritten signature and blue stamp)
ЗАСУХИНА Т.В.
ЛАПШИНА О.Ф.