



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

5 июня 2025 г.
Четверг (9 день)

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	тк1	
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.												

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

ЗАСУХИНА Т.В.
ЛАПШИНА О.Ф.



Согласовано
Заведующий образовательным учреждением

6 июня 2025 г.
Пятница (10 день)

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	1,27	1,3	0	17,15	5	1,27	1,3	0	17,15	106*	
Каша пшенная молочная жидкая	150	5,85	7,09	26,85	212,7	150	5,85	7,09	26,85	212,7	273*	
Кофейный напиток с молоком	150	1,5	1,79	19,23	98,9	150	1,5	1,79	19,23	98,9	514*	
Итого за завтрак:	325	10	14,07	53,46	398,33	325	10	14,07	53,46	398,33		
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***	
Рассольник ленинградский	180	1,68	4,09	13,27	96,6	180	1,68	4,09	13,27	96,6	76**	
Биточки «Клас-сные»	50	6,93	6,23	3,12	96,43	50	6,93	6,23	3,12	96,43	Ттк 11	
Пюре из гороха	100	9,74	0,96	19,37	116,4	100	9,74	0,96	19,37	116,4	422*	
Компот из смеси сухофруктов	150	0,7	0,15	17,32	72	150	0,7	0,15	17,32	72	527*	
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	21,48	13,44	65,8	462,43	540	21,48	13,44	65,8	462,43		
Полдник												
Омлет натуральный	100	8,61	13,72	2,3	163	100	8,61	13,72	2,3	163	307*	
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром)		0,075	0	11,25	45	150	0,075	0	11,25	45	503*	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	40	3,04	0,32	19,68	94	114*	
Итого за полдник:	140	11,73	14,04	33,23	302	290	11,73	14,04	33,23	302		
Ужин												
Фруктовый чай с яблоком	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108	Ттк 1.01	
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	4,94	2,69	32,69	174,84	170	4,94	2,69	32,69	174,84		
Зав.производством : Засухина Т.В.												
Калькулятор: Лапшина О.Ф.												

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

Засухина Т.В.

ЗАСУХИНА Т.В.
ЛАПШИНА О.Ф.