

Бузулукский филиал  
ООО «Комбинат  
школьного питания  
«ПОДРОСТОК»  
Меню

10 января 2025 г.  
Пятница

Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением



Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет					тех. карт
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес	
<b>Завтрак</b>											
Хлеб белый	20	1,39	3,9	7,39	69,59	20	1,39	3,9	7,39	69,59	114*
Повидло	10	0,025	4,12	0,04	37,4	10	0,025	4,12	0,04	37,4	111*
Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	6,47	24,3	172,05	150	4,16	6,47	24,3	172,05	274*
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,4	2,02	11,92	59,25	150	2,4	2,02	11,92	59,25	508*
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>330</b>	<b>7,975</b>	<b>16,51</b>	<b>43,65</b>	<b>338,29</b>	<b>330</b>	<b>7,975</b>	<b>16,51</b>	<b>43,65</b>	<b>338,29</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46	537*
<b>Обед</b>											
Салат «Степной»	30	0,45	1,65	2,52	26,7	30	0,45	1,65	2,52	26,7	11***
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,83	4,01	10	79,9	180	1,83	4,01	10	79,9	162*
Котлеты рубленые	50	6,65	10,71	7,28	154,7	50	6,65	10,71	7,28	154,7	288*
Соус сметанный с томатом	20					20					
Каша пшеничная рассыпчатая	100	3	4,09	16,6	119	100	3	4,09	16,6	119	249*
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,39	0	21,6	76,8	150	0,39	0	21,6	76,8	526*
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3	116*
<b>Итого за обед:</b>	<b>560</b>	<b>14,3</b>	<b>20,82</b>	<b>68,9</b>	<b>511,4</b>	<b>560</b>	<b>14,3</b>	<b>20,82</b>	<b>68,9</b>	<b>511,4</b>	
<b>Полдник</b>											
Рагу из овощей	100	1,56	8,23	8,65	106	100	1,56	8,23	8,65	106	137*
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,07	0	11,25	45	150	0,07	0	11,25	45	516*
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5	114*
<b>Итого за полдник:</b>	<b>300</b>	<b>5,43</b>	<b>8,63</b>	<b>44,5</b>	<b>268,5</b>	<b>300</b>	<b>5,43</b>	<b>8,63</b>	<b>44,5</b>	<b>268,5</b>	
<b>Ужин</b>											
Фруктовый чай	150	0,187	0,187	19,01	78,05	150	0,187	0,187	19,01	78,05	Ттк 24
Булочка молочная	50	3,4	1,86	25,53	124,6	50	3,4	1,86	25,53	124,6	589*
<b>Итого за ужин:</b>	<b>200</b>	<b>3,587</b>	<b>2,047</b>	<b>44,54</b>	<b>202,65</b>	<b>200</b>	<b>3,587</b>	<b>2,047</b>	<b>44,54</b>	<b>202,65</b>	

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

*Засухина Т.В.*  
ЗАСУХИНА Т.В.  
ЛАПШИНА О.Ф.