



25 апреля 2025 г.  
Пятница (10 день)

Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением



| Наименование блюда                        | 1-3 года     |       |       |        |                                | 3-7 лет      |       |       |        |                                | тех. карт |
|-------------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------------------------------|--------------|-------|-------|--------|--------------------------------|-----------|
|                                           | Масса порций | Белки | Жиры  | Углев. | энергетическая ценность (ккал) | Масса порций | Белки | Жиры  | Углев. | энергетическая ценность (ккал) |           |
| 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 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          | 21,15 | 13,44 | 65,8   | 462,43                         | 540          | 21,15 | 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 ржано- пшеничный                     | 30           | 1,98  | 0,36  | 10,2   | 54,3                           | 30           | 1,98  | 0,36  | 10,2   | 54,3                           | 116*      |
| Итого за полдник:                         | 130          | 10,67 | 14,08 | 23,75  | 262,3                          | 280          | 10,67 | 14,08 | 23,75  | 262,3                          |           |
| 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.

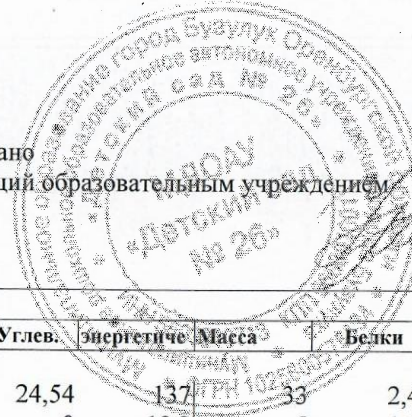
Калькулятор: Лапшина О.Ф.

*Засухина Т.В.*

ЗАСУХИНА Т.В.  
ЛАПШИНА О.Ф.



Согласовано  
Заведующий образовательным учреждением



28 апреля 2025 г.  
Понедельник( 1день)

| Наименование блюда                                      | 1-3 года |       |       |        |             | 3-7 лет |       |       |        |             | тех.карт |
|---------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|-------------|---------|-------|-------|--------|-------------|----------|
|                                                         | Масса    | Белки | Жиры  | Углев. | энергетичес | Масса   | Белки | Жиры  | Углев. | энергетичес |          |
| Завтрак                                                 |          |       |       |        |             |         |       |       |        |             |          |
| Печенье                                                 | 33       | 2,47  | 3,23  | 24,54  | 137         | 33      | 2,47  | 3,23  | 24,54  | 137         | 609*     |
| Масло сливочное (порциями)                              | 5        | 1,15  | 1,47  | 0      | 18,2        | 5       | 1,15  | 1,47  | 0      | 18,2        | 366*     |
| Каша ячневая молочная                                   | 150      | 5,1   | 6,1   | 19,6   | 152,25      | 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       | 150     | 2,4   | 2,02  | 11,92  | 59,25       | 507*     |
| Итого за завтрак:                                       | 338      | 11,12 | 12,82 | 56,06  | 366,7       | 338     | 11,12 | 12,82 | 56,06  | 366,7       |          |
| Завтрак 2                                               |          |       |       |        |             |         |       |       |        |             |          |
| Сок фруктовый                                           | 100      | 0,05  | 0,1   | 0,1    | 46          | 100     | 0,05  | 0,1   | 0,1    | 46          | 537*     |
| Обед                                                    |          |       |       |        |             |         |       |       |        |             |          |
| Салат «Здоровье»                                        | 30       | 0,43  | 4,5   | 1,9    | 49,8        | 30      | 0,43  | 4,5   | 1,9    | 49,8        | 13***    |
| Суп картофельный с крупой                               | 180      | 1,42  | 1,96  | 10,5   | 65,34       | 180     | 1,42  | 1,96  | 10,5   | 65,34       | 80**     |
| Гуляш                                                   | 70       | 6,02  | 14,65 | 2,52   | 166,11      | 70      | 6,02  | 14,65 | 2,52   | 166,11      | Ттк1.03  |
| Макаронные изделия отварные                             | 100      | 3,77  | 0,45  | 19,36  | 96,6        | 100     | 3,77  | 0,45  | 19,36  | 96,6        | 297*     |
| Компот из смеси сухофруктов                             | 150      | 0,37  | 0     | 20,25  | 72          | 150     | 0,37  | 0     | 20,25  | 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:                                          | 560      | 13,99 | 21,92 | 64,73  | 504,15      | 560     | 13,99 | 21,92 | 64,73  | 504,15      |          |
| Полдник                                                 |          |       |       |        |             |         |       |       |        |             |          |
| Рагу из овощей                                          | 100      | 1,57  | 8,23  | 8,66   | 115,17      | 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          | 150     | 0,075 | 0     | 11,25  | 45          | 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:                                       | 300      | 5,445 | 8,63  | 44,51  | 277,67      | 300     | 5,445 | 8,63  | 44,51  | 277,67      |          |
| Ужин                                                    |          |       |       |        |             |         |       |       |        |             |          |
| Молоко кипяченое                                        | 150      | 4,35  | 3,75  | 7,2    | 79,5        | 150     | 4,35  | 3,75  | 7,2    | 79,5        | 534*     |
| Булочка молочная                                        | 50       | 2,24  | 0,22  | 13,94  | 66,84       | 50      | 2,24  | 0,22  | 13,94  | 66,84       | 585*     |
| Итого за ужин:                                          | 200      | 6,59  | 3,97  | 21,14  | 146,34      | 200     | 6,59  | 3,97  | 21,14  | 146,34      |          |

Зав.производством : Засухина Т.В.

Калькулятор: Лапшина О.Ф.

ЗАСУХИНА Т.В.  
ЛАПШИНА О.Ф.