

Меню на день 21 апреля 2025 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	8,8	63,4	374	31,49
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	16,49
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	5,36
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,64
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,87
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,5	0,2	19,6	81,9	8,08
Сок (180)	180	0,5	0,2	19,6	81,9	8,08
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Обед		19,8	21,8	87,8	628	76,30
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61	4,67
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	19,12
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	25,77
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	14,78
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	8,47
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,50
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,00
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	5,85
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	15,04
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	8,84
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,60
Полдник		5,3	6	45,4	257,5	19,50
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154	3,51
Кисломолочный напиток для детского питания	180	4,4	4,5	11,3	103,5	16,00
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Ужин		10	13,8	30,4	286,9	39,79
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	8,01
Тефтели из мяса	70	8,9	9,5	8,4	155	29,71
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	1,06
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	53,83
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		46	51	247	1 628	175,25

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)