

Меню на день 13 мая 2025 г.

4 день: Столовая №1

Диета

Категория Дети (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,5	11,1	36,7	275,9	29,49
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151	18,27
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,17
Макаронные изделия отварные с м/р	150	3,3	4,7	36,8	203	3,76
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,17
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 сухофруктов Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Обед		20,5	23,5	74,8	593	88,99
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	3,47
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	25,71
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,70
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	13,80
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
Уха рыбацкая	180/50	5,8	6,9	15,1	146	21,57
Капуста тушеная - Д	150	2,5	3,3	21	124	12,55
Полдник		6,1	7,3	42,6	260,2	17,11
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154	3,51
Молоко питьевое кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	106,2	13,61
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		9,5	9,2	65,2	380	47,95
Биточки из мяса (свинина мясная и говядина) -50	50	6	6,5	5,9	106	23,31
Рис припущенный с овощами "Мозайка" - 100	100	2,8	2,2	22,4	121	11,61
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,03
Фрукт (75 ккал)	100	0,1	0,2	18,2	75	10,00
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,50
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	33,12
Рис припущенный с маслом растительным	130	2,6	5,3	22	146	5,95
Соль						0,69
Соль	5					0,09
Итого за день		44	51	239	1 591	191,71

Повар

(подпись)

Фоминых Елена Владимировна

(расшифровка)