

Меню на день 16 июня 2025 г.

9 день: Столовая №3

Диета

Категория Дети (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,2	7,2	19,6	183,4	34,44
Омлет натуральный	80	4,8	3,6	4,2	67,7	20,48
Бутерброд с сыром	20/10	4,2	2,6	7,2	69	10,87
Чай с молоком	150	1,2	1	8,2	46,7	3,09
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,87
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,21
2-й завтрак		0,1		17,4	70	12,15
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	12,15
Обед		14,4	18,6	67,5	495,6	77,39
Салат из свеклы с огурцами	40	0,5	3,2	2,6	41,6	3,52
Уха рыбацкая	150/50	5,1	5,3	12,6	119	19,94
Шницель из мяса (полуфабрикат)	50	6	6,5	5,9	106	29,34
Овощи, припущенные в сметане	120	1,4	3	13,5	87	19,51
Компот из кураги	150	0,3		12,8	52	2,58
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
Овощи тушеные в соусе (без сметаны)	120	2,3	3,1	15,7	100	12,25
Полдник		4,8	5,4	28,6	182,2	13,45
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,6	21,5	93	2,10
Молоко питьевое кипяченое	150	4,3	4,8	7,1	89,2	11,34
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,70
Ужин		5,6	5,7	35,2	213	57,21
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом -120	120	5,2	5,5	21	154	55,74
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,98
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,50
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	8,84
Мясо отварное - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	63,53
Соль						0,05
Соль	3					0,05
Итого за день		35	37	168	1 144	194,68

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)