

Меню на день 16 июня 2025 г.

9 день: Столовая №3

Категория Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		17,9	13,5	33	323,9	46,87
Омлет натуральный	100	10,6	8,4	8,4	151	25,90
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83	15,80
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,17
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,00
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,87
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,3		22,4	91	8,08
Сок с содержанием витаминов и минералов	180	0,3		22,4	91	8,08
Обед		19,3	24,2	79,1	611,4	102,20
Салат из свеклы с огурцами	60	0,7	4,8	4	62,4	5,28
Уха рыбацкая	180/50	5,9	5,8	15,1	136	25,85
Шницель из мяса (полуфабрикат)	70	9,2	8,8	8,3	149	41,56
Овощи, припущенные в сметане	150	1,9	4,2	15,4	107	23,90
Компот из кураги	180	0,5		16,2	67	3,12
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
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
Ужин		8,4	8,1	54,7	323,2	77,78
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом -150	150	7,3	7,7	27	203,3	74,71
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	1,07
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
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
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		52	53	232	1 610	252,14

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)