

Меню на день 13 августа 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	46,94
Омлет натуральный	100	10,6	8,4	8,4	151	25,97
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
Каша ячневая с маслом-Д	200	7	5,7	24	175	4,12
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,14
2-й завтрак		0,3		22,4	91	8,08
Сок с содержанием витаминов и минералов	180	0,3		22,4	91	8,08
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,70
Обед		17,8	21,8	80,2	588	90,77
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60	5,44
Суп-лапша домашняя с курицей (пром.произ-ва)	180/15	4,1	4,2	15,2	115	17,06
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	21,10
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
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	4,19
Овощи тушеные в соусе (без сметаны)	120	2,3	3,1	15,7	100	11,21
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	33,09
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
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	50	4,8	3,8	22,2	142	51,80
Компот из сухофруктов Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Ужин		8,4	8,1	54,7	323,2	75,41
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом -150	150	7,3	7,7	27	203,3	72,34
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	1,06
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	6,46
Мясо отварное - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	33,09
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,21
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		50	49	236	1 584	240,78