

Меню на день 11 августа 2025 г.

7 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,1	13,8	53,8	379,5	31,57
Каша пшенная жидкая	200	4,2	7	20,2	161	15,45
Какао с молоком (6)	180	4	4,2	17	122	9,49
Хлеб пшеничный	15	0,3	0,2	6,6	28,5	0,75
Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,6	2,4	10	68	5,88
Каша пшенная жидкая на воде с м/р	150	2,8	4,4	15	111	1,62
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,14
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		19,2	22,7	87,3	630	62,97
Салат из свежих помидоров	60	0,9	4,1	3,9	56	5,92
Свекольник с курицей со сметаной	180/10/5	4,1	4,2	12,5	104	17,83
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156	27,47
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178	7,95
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	20	0,6	0,2	7,6	35	1,00
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	4,19
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	33,09
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,04
Компот из сухофруктов Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Полдник		6,6	8,5	35,8	246,6	30,00
Булочка с повидлом	49	2,2	4	24,5	143,1	14,00
Кисломолочный напиток для детского питания	180	4,4	4,5	11,3	103,5	16,00
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	50	3,7	4,1	26,5	157	2,69
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	30	6,1	4,6	10,3	107	22,10
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,67
Ужин		10,5	10,8	57,1	366,9	38,10
Шницель рыбный натуральный	50	8	7,3	2,3	107	15,83
Картофель тушеный 100	100	1,5	2,5	9,9	68	10,81
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	1,06
Фрукт (90 ккал)	100	0,2	0,6	21	90	8,90
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,50
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	15,01
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,21
Соль						0,09