

**Меню на день 4 августа 2025 г.**

**2 день: Столовая №3**

Категория

**Дети (3-7 лет)**

Диета

| Наименование блюда                          | Выход<br>блюда, г | Б           | Ж           | У           | Ккал         | Средняя<br>стоимость |
|---------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b>                              |                   | <b>14,6</b> | <b>13</b>   | <b>43,7</b> | <b>350,1</b> | <b>45,26</b>         |
| Каша молочная ассорти<br>(пшенично-ячневая) | 200               | 6,5         | 6,5         | 21,1        | 169          | 21,22                |
| Бутерброд с сыром (2)                       | 20/15             | 5,8         | 4           | 7,8         | 90,1         | 14,40                |
| Кофейный напиток                            | 180               | 2,3         | 2,5         | 14,8        | 91           | 9,64                 |
| Каша пшеничная Д                            | 130               | 5,2         | 5,8         | 17,4        | 142,4        | 1,03                 |
| Кофейный напиток - Д                        | 12                | 0,2         | 0,1         | 0,8         | 5,1          | 2,44                 |
| <b>2-й завтрак</b>                          |                   | <b>0,3</b>  |             | <b>22,4</b> | <b>91</b>    | <b>8,08</b>          |
| Сок с содержанием витаминов и<br>минералов  | 180               | 0,3         |             | 22,4        | 91           | 8,08                 |
| Компот из кураги - Д                        | 180               | 0,1         |             | 10,6        | 43           | 2,52                 |
| <b>Обед</b>                                 |                   | <b>17,7</b> | <b>20,9</b> | <b>91,4</b> | <b>625</b>   | <b>50,30</b>         |
| Салат из огурцов с маслом                   | 60                | 0,6         | 4,1         | 1,9         | 47           | 5,04                 |
| Суп гороховый с гречками                    | 180/20            | 4,4         | 3,1         | 22,9        | 137          | 8,87                 |
| Жаркое по-домашнему                         | 200               | 11,3        | 12,9        | 22,7        | 252          | 31,40                |
| Компот из свежих яблок                      | 200               | 0,1         | 0,1         | 20          | 81           | 4,99                 |
| Хлеб пшеничный                              | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8         | 39           |                      |
| Хлеб ржаной                                 | 40                | 0,9         | 0,5         | 15,1        | 69           |                      |
| Компот из изюма - Д                         | 180               | 0,1         |             | 9,5         | 38,7         | 3,70                 |
| <b>Полдник</b>                              |                   | <b>8</b>    | <b>12,7</b> | <b>17,9</b> | <b>268,2</b> | <b>13,61</b>         |
| Кондитерское изделие<br>пром.производства   | 50                | 2,8         | 6,9         | 9,4         | 162          |                      |
| Молоко питьевое кипяченое                   | 180               | 5,2         | 5,8         | 8,5         | 106,2        | 13,61                |
| Яблоко печеное Д                            | 100               | 0,1         |             | 5,3         | 21,5         | 12,70                |
| Компот из сухофруктов Д                     | 180               | 0,1         |             | 9,5         | 38,7         | 1,35                 |
| <b>Ужин</b>                                 |                   | <b>8,7</b>  | <b>9,8</b>  | <b>54,4</b> | <b>340</b>   | <b>34,08</b>         |
| Винегрет овощной                            | 60                | 1           | 4           | 7,6         | 70           | 6,29                 |
| Котлета рыбная "Лада"                       | 50                | 6,5         | 4,9         | 4,5         | 88           | 14,99                |
| Чай со смородиной и сахаром                 | 180/10            | 0,2         |             | 9,3         | 38           | 3,90                 |
| Фрукт (90 ккал)                             | 100               | 0,2         | 0,6         | 21          | 90           | 8,90                 |
| Хлеб пшеничный                              | 10                | 0,2         | 0,1         | 4,4         | 19           |                      |
| Хлеб ржаной                                 | 20                | 0,6         | 0,2         | 7,6         | 35           |                      |
| 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                 |
| <b>Соль</b>                                 |                   |             |             |             |              | <b>0,09</b>          |
| Соль                                        | 5                 |             |             |             |              | 0,09                 |
| <b>Итого за день</b>                        |                   | <b>49</b>   | <b>56</b>   | <b>230</b>  | <b>1 674</b> | <b>151,42</b>        |

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)