

**Меню на день 7 августа 2025 г.
5 день: Столовая №3**

Категория **Дети (3-7 лет)**

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	8,8	63,4	374	30,09
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	16,49
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	3,96
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,64
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		0,5	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		19,5	22	86,4	623	64,08
Салат из свежих помидоров	60	0,9	4,1	3,9	56	5,92
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	17,14
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	20,17
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	12,39
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	8,47
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	4,22
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	15,01
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	6,46
Компот из свежих ягод - Д	180	0,1		12,7	51,6	14,07
Полдник		5,3	6	45,4	257,5	
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154	
Кисломолочный напиток для детского питания	180	4,4	4,5	11,3	103,5	
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	50	4,8	3,8	22,2	142	51,46
Компот из сухофруктов Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Ужин		7,9	11	31,1	255,6	28,09
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60	5,44
Тефтели из мяса	50	6,4	6,8	6	110,7	21,59
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	1,06
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Котлета из мяса - 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		44	48	246	1 592	130,42

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)