

Меню на день 15 августа 2025 г.

1 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		11,7	14,7	45,6	362	37,64
Каша манная жидкая	200	6,1	6,7	21,2	170	21,09
Бутерброд с маслом (1)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Какао с молоком	180	4	4,2	17	122	9,49
Каша манная жидкая на воде	200	2	4,1	12,8	96	1,43
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,17
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
Обед		22,9	22,9	81,3	622	73,78
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	3,57
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной	180/10/5	4,7	3,8	8,7	88	20,30
Зразы рубленые из мяса, запеченные	80	11,8	9,4	5,1	152	35,98
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178	7,96
Компот из изюма	180	0,3		14,1	58	3,48
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	33,09
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,60
Полдник		6,6	8,6	36,3	249,5	28,56
Булочка с повидлом	50	2,2	4,1	25	146	12,56
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	2,40
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	50	4,8	3,8	22,2	142	51,80
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		56	10,2	61,2	373,3	49,29
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная) -100	100	1,7	4	5,7	65,4	12,25
Шницель из курицы	50	52	4,4	10	101	22,48
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,16
Фрукт (98 ккал)	100	0,1	0,3	23,7	98	8,90
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,00
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,04
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,17
Соль						0,09
Соль	3					0,09
Итого за день		98	57	244	1 689	197,44

Повар

Бут Светлана Вячеславовна