

Меню на день 20 августа 2025 г.

4 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,5	11,1	36,7	275,9	29,49
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151	18,27
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,16
Макаронные изделия отварные с м/р	150	3,3	4,7	36,8	203	3,76
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,17
2-й завтрак		0,3		22,4	91	8,08
Сок с содержанием витаминов и минералов	180	0,3		22,4	91	8,08
Обед		20,5	23,5	74,8	593	85,52
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	3,56
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	24,23
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,70
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	11,72
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	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
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		6,1	7,3	42,6	260,2	17,11
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154	3,51
Молоко питьевое кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	106,2	13,61
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		9,5	9,2	65,2	380	47,04
Биточки из мяса (свинина мясная и говядина) -50	50	6	6,5	5,9	106	23,30
Рис припущенный с овощами "Мозайка" -100	100	2,8	2,2	22,4	121	11,59
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,25
Фрукт (75 ккал)	100	0,1	0,2	18,2	75	8,90
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,50
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	33,09
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		44	51	242	1 600	187,33

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)