

Меню на день 28 августа 2025 г.

10 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,6	10,2	46,7	308	24,88
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196	15,57
Бутерброд с маслом (10)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,26
Каша "Геркулесовая" Д	150	6,3	6,2	19,5	159	1,61
Чай - Д	180	0,1			0,1	
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		19,6	21,9	96	659,8	74,19
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	5,04
Уха рыбацкая	180/50	5,9	5,8	15,1	136	24,26
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156	27,47
Макаронные изделия отварные	120	2,8	2,2	29,4	148,8	5,95
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	8,47
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,00
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	33,09
Компот из свежих ягод - Д	180	0,1		12,7	51,6	14,21
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 изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,67
Ужин		14,4	9,9	43,8	320,9	67,89
Суфле творожное со сладкой глазурью -150	150	12,9	8,5	28,3	241	54,82
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,17
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	8,90
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,87
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,14
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		48	50	249	1 631	192,25

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)