

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	31,27
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	16,27
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	5,36
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		19,4	21,8	86	619,6	74,18
Салат из свежих помидоров	60	0,9	4,1	3,9	56	5,92
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	180/10/5	3,8	4,7	12,4	107,6	18,37
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	25,68
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	12,24
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	8,47
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,50
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,00
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	4,21
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	19,50
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154	3,51
Кисломолочный напиток для детского питания	180	4,4	4,5	11,3	103,5	16,00
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	29,25
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60	5,31
Тефтели из мяса	50	6,4	6,8	6	110,7	21,88
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	1,06
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
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,21
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		43	48	246	1 589	162,37

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)