

Меню на день 29 октября 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	29,74
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	15,88
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,37
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,49
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,10
2-й завтрак		0,4	0,2	16,4	68,3	6,73
Сок (180)	150	0,4	0,2	16,4	68,3	6,73
Обед		17,8	21	87,6	612,6	54,88
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61	3,48
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	17,27
Шницель рыбный натуральный	50	8	7,3	2,3	107	15,78
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	10,19
Компот из свежих плодов	179	0,2		15,4	62,6	4,66
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,50
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,00
Борщ с капустой и картофелем	180/10	3,8	5,2	12,8	113	3,84
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	14,92
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	4,26
Компот из свежих яблок - Д	180	0,1		10,6	43	3,83
Полдник		4,2	4,7	29,9	178,7	15,43
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,10
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,33
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	50	4,8	3,8	22,2	142	50,90
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		7,9	11	31,1	255,6	27,14
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60	4,43
Тефтели из мяса	50	6,4	6,8	6	110,7	20,76
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,95
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	53,71
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		41	46	228	1 489	134,02

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)