

Меню на день 3 октября 2025 г.

3 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		8,3	7,6	53,7	314,9	31,71
Каша рисовая жидкая	200	5,1	6,2	21,8	163	22,93
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,70
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,08
Рис отварной-Д	150	2,9	3,8	24,2	143,1	4,01
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,12
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	2,47
Напиток из шиповника	150	0,3		18,7	75,8	2,47
Обед		21,2	22,1	87,3	634	59,66
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	5,04
Ши из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	4,1	4,9	5,6	83	13,65
Печень говяжья по-строгановски	50/30	11,2	9,6	2,9	143	27,58
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186	7,30
Компот из кураги	180	0,5		16,2	67	3,09
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
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
Печень Д	70	14,2	9,4	0,4	143	19,78
Макаронные изделия ржаные отварные-Д	200	2,5	3,2	24,7	138	30,75
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Полдник		6,4	7,4	30,4	213,3	23,46
Булочка "Осенняя"	50	2,7	3,6	21	127	10,13
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,33
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	50	3,7	4,1	26,5	157	2,32
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	50	4,8	3,8	22,2	142	50,90
Компот из сухофруктов Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Ужин		14	16,8	49,3	404,3	61,43
Суфле творожное с молоком сгущенным	150/20	13,8	16,6	25,1	304,4	51,56
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,97
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54	8,90
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,77
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		50	54	239	1 642	178,82

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)