

Меню на день 6 октября 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	29,32
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151	18,18
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	4,08
Макаронные изделия отварные с м/р	150	3,3	4,7	36,8	203	3,49
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,17
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	6,73
Сок с содержанием витаминов и минералов	150	0,3		18,7	75,8	6,73
Обед		20,5	23,5	74,8	593	85,14
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	3,38
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	24,21
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,70
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	11,60
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,75
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	4,21
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		4,9	5,7	27,6	180,9	13,44
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,10
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
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		12,7	11,5	67,6	423	64,75
Биточки из мяса (полуфабрикат)*	70	9,2	8,8	8,3	149	41,56
Рис припущенный с овощами "Мозайка" -100	100	2,8	2,2	22,4	121	11,14
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,16
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
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		46	52	225	1 549	199,48

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)