

Меню на день 7 октября 2025 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,4	6,9	45,2	273	22,15
Каша гречневая жидкая	150	4,1	4,4	16,6	123	12,24
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,55
Кофейный напиток	180	2,1	2,3	13,3	82	7,36
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,77
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,1		17,4	70	12,15
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	12,15
Обед		16,4	19	66,6	503	63,55
Салат из свежих помидоров	40	0,7	3	2,7	41	3,99
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	16,54
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	20,37
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	10,14
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	10,01
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
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
Полдник		4,2	4,1	27,9	165	15,43
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,6	21,5	93	2,10
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,5	6,4	72	13,33
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		5,3	8,2	22,4	185,3	20,91
Салат из капусты белокочанной	40	0,6	3	2,8	41	3,66
Тефтели из мяса	40	4,4	5,1	4,8	83,3	15,87
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,88
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		33	38	180	1 196	134,24

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)