

Меню на день 14 октября 2025 г.

10 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		6,2	9,7	36,7	258	19,53
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	150	4,5	5,9	20,8	154	10,52
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Чай с лимоном	150	0,1		8,5	34	1,95
Каша "Геркулесовая" Д	150	6,3	6,2	19,5	159	1,43
2-й завтрак		0,1		17,4	70	12,15
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	12,15
Обед		15,3	18,4	74,5	525	64,82
Салат из огурцов с маслом	40	0,4	3	1,3	34	3,50
Уха рыбацкая	150/50	5,1	5,3	12,6	119	18,59
Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,8	7,6	7,5	126	23,33
Макаронные изделия отварные	110	1,9	2,1	27,8	137	5,21
Компот из свежих плодов	150	0,3	0,1	13,3	55	12,69
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,00
Полдник		5,8	8,7	35,6	244,2	26,13
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155	14,79
Молоко питьевое кипяченое	150	4,3	4,8	7,1	89,2	11,34
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		14,2	9,7	42,2	312,7	53,08
Суфле творожное со сладкой глазурью -120	100/20	12,9	8,5	28,3	241	41,16
Чай с молоком	150	1,2	1	8,2	46,7	3,01
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	8,90
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,40
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		42	47	206	1 410	175,77

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)