

Меню на день 20 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	29,30
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	4,07
Макаронные изделия ржаные отварные-Д	200	2,5	3,2	24,7	138	24,21
Макаронные изделия отварные с м/р	150	3,3	4,7	36,8	203	3,53
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
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		20,7	23,5	74,8	594	85,02
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57	3,24
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	24,20
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,70
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	11,63
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	4,25
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	30	6,1	4,6	10,3	107	4,27
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,65
Ужин		12,7	11,5	67,6	423	63,96
Биточки из мяса (полуфабрикат)*	70	9,2	8,8	8,3	149	41,57
Рис припущенный с овощами "Мозайка" -100	100	2,8	2,2	22,4	121	10,34
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,14
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						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		46	52	225	1 550	198,56

Повар

Бут Светлана Вячеславовна