

Меню на день 21 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	21,89
Каша гречневая жидкая	150	4,1	4,4	16,6	123	12,00
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,55
Кофейный напиток	180	2,1	2,3	13,3	82	7,35
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
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	18,9	66,5	502	66,21
Салат из свежих помидоров	40	0,7	3	2,7	41	4,02
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	16,53
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	20,34
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	10,14
Компот из свежих плодов	150	0,3	0,1	13,3	55	12,69
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	3,9	20,7	134	14,73
Мучное изделие пром.производства	20	0,3	0,4	14,3	62	1,40
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,5	6,4	72	13,33
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,60
Ужин		5,3	8,2	22,4	185,3	20,92
Салат из капусты белокочанной	40	0,6	3	2,8	41	3,69
Тефтели из мяса	40	4,4	5,1	4,8	83,3	15,87
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,87
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		33	38	172	1 164	135,97

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)