

Меню на день 20 ноября 2025 г.

3 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		8,3	7,6	53,7	314,9	30,48
Каша рисовая жидкая	200	5,1	6,2	21,8	163	22,04
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,37
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,06
Рис отварной-Д	150	2,9	3,8	24,2	143,1	3,01
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	2,47
Напиток из шиповника	150	0,3		18,7	75,8	2,47
Обед		20	22	75	579	54,82
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	3,44
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	4,1	4,9	5,6	83	12,69
Печень говяжья по-строгановски	80	11,2	10,4	2,9	150	27,87
Макаронные изделия отварные	100	2,3	1,9	24,5	124	4,73
Компот из кураги	180	0,5		16,2	67	3,09
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,00
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	3,26
Печень Д	70	14,2	9,4	0,4	143	19,80
Макаронные изделия ржаные отварные-Д	200	2,5	3,2	24,7	138	17,58
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Полдник		6,4	7,4	30,4	213,3	23,10
Булочка "Осенняя"	50	2,7	3,6	21	127	9,77
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,33
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	50	3,7	4,1	26,5	157	2,17
Компот из сухофруктов Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Ужин		14	16,8	49,3	404,3	60,95
Суфле творожное с молоком сгущенным	150/20	13,8	16,6	25,1	304,4	51,50
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,95
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54	8,50
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		49	54	227	1 587	171,92

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)