

**Меню на день 12 ноября 2025 г.**

**7 день: Столовая №3**

Категория

**Дети (1-3 лет)**

Диета

| Наименование блюда                                       | Выход<br>блюда, г | Б           | Ж           | У           | Ккал         | Средняя<br>стоимость |
|----------------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b>                                           |                   | <b>8</b>    | <b>9,5</b>  | <b>40,3</b> | <b>277,9</b> | <b>24,25</b>         |
| Каша пшенная жидкая                                      | 150               | 3,8         | 4,7         | 14,8        | 116,8        | 10,37                |
| Какао с молоком                                          | 180               | 2,7         | 2,9         | 12,6        | 87           | 10,65                |
| Хлеб пшеничный                                           | 9                 | 0,2         | 0,1         | 4           | 17,1         | 0,45                 |
| Кондитерское изделие<br>промышленного производства       | 19                | 1,3         | 1,8         | 8,9         | 57           | 2,78                 |
| Каша пшенная жидкая на воде с м/р                        | 150               | 2,5         | 3,9         | 13,4        | 99,2         | 1,30                 |
| Чай - Д                                                  | 180               | 0,1         |             |             | 0,1          |                      |
| <b>2-й завтрак</b>                                       |                   | <b>0,1</b>  |             | <b>14,3</b> | <b>57,4</b>  | <b>10,57</b>         |
| Сок (70 ккал)                                            | 150               | 0,1         |             | 14,3        | 57,4         | 10,57                |
| <b>Обед</b>                                              |                   | <b>16,1</b> | <b>18,3</b> | <b>72,3</b> | <b>519,9</b> | <b>48,30</b>         |
| Салат картофельный с кукурузой и<br>морковью ("Мозаика") | 40                | 0,8         | 3           | 5           | 50           | 5,18                 |
| Свекольник с курицей со сметаной                         | 150/10/5          | 3,6         | 3,8         | 11          | 92,9         | 12,68                |
| Биточки рубленые из птицы<br>запеченные                  | 60                | 6,6         | 7,3         | 7,3         | 121,8        | 21,22                |
| Каша гречневая вязкая                                    | 130               | 3,8         | 3,6         | 16,8        | 115,4        | 5,63                 |
| Компот из смеси сухофруктов                              | 180               | 0,2         |             | 11,7        | 48,1         | 1,29                 |
| Хлеб пшеничный                                           | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8         | 39           | 0,89                 |
| Хлеб ржаной                                              | 31                | 0,7         | 0,4         | 11,7        | 52,7         | 1,40                 |
| <b>Полдник</b>                                           |                   | <b>6</b>    | <b>7,8</b>  | <b>33</b>   | <b>227,8</b> | <b>23,42</b>         |
| Булочка с повидлом                                       | 50                | 2,3         | 4,3         | 26,5        | 154,8        | 11,13                |
| Кисломолочный напиток для детского<br>питания            | 150               | 3,7         | 3,5         | 6,5         | 73           | 12,29                |
| Компот из кураги - Д                                     | 180               | 0,1         |             | 10,6        | 43           | 2,52                 |
| <b>Ужин</b>                                              |                   | <b>8,4</b>  | <b>9</b>    | <b>48,8</b> | <b>308,7</b> | <b>29,38</b>         |
| Шницель рыбный натуральный -40                           | 40                | 6,6         | 6           | 1,9         | 87,7         | 12,62                |
| Картофель тушеный -80                                    | 80                | 1,1         | 2,3         | 7,8         | 56,7         | 6,60                 |
| Чай с сахаром                                            | 180               | 0,1         |             | 10,1        | 40,6         | 0,87                 |
| Фрукт (85 ккал)                                          | 95                | 0,1         | 0,4         | 20,8        | 87,7         | 8,37                 |
| Хлеб ржаной                                              | 10                | 0,3         | 0,2         | 3,8         | 17           | 0,47                 |
| Хлеб пшеничный                                           | 10                | 0,2         | 0,1         | 4,4         | 19           | 0,45                 |
| <b>Соль</b>                                              |                   |             |             |             |              | <b>0,06</b>          |
| Соль                                                     | 3                 |             |             |             |              | 0,06                 |
| <b>Итого за день</b>                                     |                   | <b>39</b>   | <b>45</b>   | <b>209</b>  | <b>1 392</b> | <b>135,97</b>        |

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)