

Меню на день 12 ноября 2025 г.
7 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		9,4	12,7	48,5	345,4	27,81
Каша пшенная жидкая	200	4,1	6,8	19,7	157	14,83
Какао с молоком (6)	180	4	4,2	16,8	120,6	9,53
Хлеб пшеничный	13	0,3	0,2	5,7	24,7	0,67
Кондитерское изделие промышленного производства	19	1	1,5	6,3	43,1	2,78
Каша пшенная жидкая на воде с м/р	150	2,4	3,8	13,1	96,9	1,27
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
2-й завтрак		0,4	0,2	17,5	73,3	7,01
Сок (180)	150	0,4	0,2	17,5	73,3	7,01
Обед		18,9	21,8	89,5	628,2	57,36
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	60	1,2	3,8	7,1	67,5	7,35
Свекольник с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4	11,8	98,1	14,33
Биточки рубленые из птицы запеченные	65	8,2	8,4	9,7	147,1	24,95
Каша гречневая вязкая	150	4,3	5,2	29,4	180,4	7,15
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,5	63	1,75
Хлеб пшеничный	19	0,4	0,2	8,4	37,1	0,89
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	0,94
Свекольник	180/10	4	4,8	12,4	108,8	3,89
Куриная котлета Д	60	13,1	8,6	0,4	131,6	23,61
Компот из сухофруктов Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Полдник		5,7	7,7	33,9	228,2	23,46
Булочка с повидлом	50	2,2	4,1	25	146	11,17
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,5	3,6	8,9	82,2	12,29
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	49	3,6	4	26	153,9	2,29
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		10,6	10,8	57,2	369,4	35,34
Шницель рыбный натуральный	50	8,2	7,4	2,3	109,1	15,63
Картофель тушеный 100	100	1,5	2,5	10	68,7	8,58
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,6	0,95
Фрукт (90 ккал)	100	0,2	0,6	21,8	93,6	8,81
Хлеб ржаной	9	0,2	0,1	3,4	15,3	0,47
Хлеб пшеничный	19	0,4	0,2	8,4	37,1	0,89
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	14,92
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		45	53	247	1 645	151,09