

Меню на день 13 ноября 2025 г.

8 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	10,1	58,1	364	31,67
Суп молочный с крупой	200	6,2	7,4	21,2	176	17,80
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,37
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,49
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,10
2-й завтрак		0,3		22,4	91	3,09
Напиток из шиповника	180	0,3		22,4	91	3,09
Обед		20,4	22,5	84,9	623	56,07
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57	2,40
Рассольник "Ленинградский" с курицей со сметаной	180/10/5	4,7	4,9	11,2	108	18,54
Котлеты рыбные любительские	80	10,5	8,8	5,8	144	17,71
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	10,19
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81	4,73
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
Рассольник "Ленинградский"	180/10	4,5	5	11,2	108	5,40
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	14,92
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	4,25
Компот из свежих яблок - Д	180	0,1		10,6	43	3,83
Полдник		4,9	5,7	27,6	180,9	13,45
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
Блин ржаной - Д	50	1,3	1,7	10	60,4	6,93
Компот из сухофруктов Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Ужин		11,2	11,6	36,4	292,7	36,11
Плов из птицы -150	150	9,3	10,1	18,4	201,8	31,05
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,07
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	0,10
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		47	50	229	1 552	140,49

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)