

Меню на день 17 ноября 2025 г.

10 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,6	10,2	46,7	308	24,17
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196	15,25
Бутерброд с маслом (10)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	1,86
Каша "Геркулесовая" Д	150	6,3	6,2	19,5	159	1,41
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,4	0,2	16,4	68,3	6,73
Сок (180)	150	0,4	0,2	16,4	68,3	6,73
Обед		21,3	21,8	100,2	683,8	84,62
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60	9,63
Уха рыбацкая	180/50	5,9	5,8	15,1	136	22,54
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156	27,35
Макаронные изделия отварные	120	2,8	2,2	29,4	148,8	5,73
Компот из свежих плодов	180	0,4	0,1	18	75	16,36
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
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	25,99
Макаронные изделия ржаные отварные-Д	200	2,5	3,2	24,7	138	17,58
Полдник		5,9	8,7	35,6	243,5	17,57
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155	6,23
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	50	3,7	4,1	26,5	157	2,17
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		14,4	9,9	43,8	320,9	66,19
Суфле творожное со сладкой глазурью -150	150	12,9	8,5	28,3	241	53,63
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,06
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	8,50
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		50	51	243	1 625	199,38

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)