

## Меню на день 18 ноября 2025 г.

## 1 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>8,4</b>  | <b>11,2</b> | <b>39</b>   | <b>291</b>   | <b>32,40</b>         |
| Каша манная жидкая                                                     | 150               | 4,1         | 4,5         | 18,9        | 133          | 14,46                |
| Бутерброд с маслом (1)                                                 | 15/5              | 1,6         | 3,8         | 7,4         | 70           | 7,05                 |
| Какао с молоком (1)                                                    | 180               | 2,7         | 2,9         | 12,7        | 88           | 10,88                |
| Каша манная жидкая на воде                                             | 150               | 2           | 4,1         | 12,8        | 96           | 1,21                 |
| Чай - Д                                                                | 180               | 0,1         |             |             | 0,1          |                      |
| <b>2-й завтрак</b>                                                     |                   | <b>0,1</b>  |             | <b>17,4</b> | <b>70</b>    | <b>12,15</b>         |
| Сок (70 ккал)                                                          | 150               | 0,1         |             | 17,4        | 70           | 12,15                |
| <b>Обед</b>                                                            |                   | <b>19,5</b> | <b>17,3</b> | <b>59,6</b> | <b>473</b>   | <b>54,99</b>         |
| Салат из свеклы с чесноком                                             | 40                | 0,6         | 3           | 3,4         | 43           | 1,78                 |
| Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной                            | 150/10/5          | 4,2         | 2,8         | 7,1         | 70           | 16,94                |
| Зразы рубленые из мяса, запеченные                                     | 60                | 9,9         | 7,7         | 4           | 125          | 25,66                |
| Каша гречневая вязкая                                                  | 120               | 3,6         | 3,4         | 15,9        | 109          | 5,76                 |
| Компот из изюма                                                        | 150               | 0,2         |             | 12,8        | 52           | 2,84                 |
| Хлеб ржаной                                                            | 20                | 0,6         | 0,2         | 7,6         | 35           | 1,00                 |
| Хлеб пшеничный                                                         | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8         | 39           | 1,00                 |
| <b>Полдник</b>                                                         |                   | <b>5,9</b>  | <b>7,6</b>  | <b>31,4</b> | <b>218</b>   | <b>24,95</b>         |
| Булочка с повидлом                                                     | 50                | 2,2         | 4,1         | 25          | 146          | 11,62                |
| Кисломолочный напиток для детского питания                             | 150               | 3,7         | 3,5         | 6,4         | 72           | 13,33                |
| Компот из кураги - Д                                                   | 180               | 0,1         |             | 10,6        | 43           | 2,52                 |
| <b>Ужин</b>                                                            |                   | <b>44,7</b> | <b>7,6</b>  | <b>42,1</b> | <b>264,5</b> | <b>38,93</b>         |
| Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная) -80 | 80                | 1,3         | 2,7         | 4,2         | 46           | 8,82                 |
| Шницель из курицы                                                      | 40                | 41,6        | 3,5         | 8           | 80,8         | 18,02                |
| Чай с молоком                                                          | 150               | 1,2         | 1           | 8,2         | 46,7         | 3,02                 |
| Фрукт (55 ккал)                                                        | 95                | 0,1         | 0,1         | 13,5        | 55           | 8,08                 |
| 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          |                      |
| <b>Соль</b>                                                            |                   |             |             |             |              | <b>0,06</b>          |
| Соль                                                                   | 3                 |             |             |             |              | 0,06                 |
| <b>Итого за день</b>                                                   |                   | <b>79</b>   | <b>44</b>   | <b>190</b>  | <b>1 317</b> | <b>163,48</b>        |

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)