

Меню на день 21 ноября 2025 г.

4 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,5	11,1	36,7	275,9	29,30
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151	18,18
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,07
Макаронные изделия отварные с м/р	150	3,3	4,7	36,8	203	3,53
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	6,73
Сок с содержанием витаминов и минералов	150	0,3		18,7	75,8	6,73
Обед		20,5	23,5	74,8	593	81,08
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	2,58
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	22,50
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,70
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	10,05
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,75
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	3,26
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
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		12,7	11,5	67,6	423	62,99
Биточки из мяса (полуфабрикат)*	70	9,2	8,8	8,3	149	41,57
Рис припущенный с овощами "Мозайка" -100	100	2,8	2,2	22,4	121	10,06
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	1,86
Фрукт (75 ккал)	100	0,1	0,2	18,2	75	8,50
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,50
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		46	52	225	1 549	193,64

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)