

## Меню на день 24 ноября 2025 г.

## 5 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>7,4</b>  | <b>6,9</b>  | <b>45,2</b> | <b>273</b>   | <b>21,90</b>         |
| Каша гречневая жидкая                                 | 150               | 4,1         | 4,4         | 16,6        | 123          | 12,00                |
| Бутерброд с повидлом                                  | 15/10             | 1,2         | 0,2         | 15,3        | 68           | 2,55                 |
| Кофейный напиток                                      | 180               | 2,1         | 2,3         | 13,3        | 82           | 7,36                 |
| Гречка отварная вязкая Д                              | 130               | 3,9         | 3,4         | 17,3        | 115          | 2,42                 |
| 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>16,5</b> | <b>18,8</b> | <b>67,3</b> | <b>504</b>   | <b>61,82</b>         |
| Икра морковная                                        | 40                | 0,8         | 2,9         | 3,5         | 43           | 2,32                 |
| Борщ с капустой и картофелем с<br>курицей со сметаной | 150/10/5          | 3,5         | 4,6         | 10,4        | 97           | 15,58                |
| Рыба припущенная в сметане                            | 60                | 8,2         | 7,1         | 1,2         | 102          | 20,37                |
| Пюре картофельное                                     | 120               | 2,6         | 3,5         | 18,8        | 117          | 8,37                 |
| Компот из свежих плодов                               | 150               | 0,3         | 0,1         | 13,3        | 55           | 12,68                |
| Хлеб пшеничный                                        | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8         | 39           | 1,00                 |
| Хлеб ржаной                                           | 30                | 0,7         | 0,4         | 11,3        | 51           | 1,50                 |
| 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                 |
| <b>Полдник</b>                                        |                   | <b>4</b>    | <b>3,9</b>  | <b>20,7</b> | <b>134</b>   | <b>14,73</b>         |
| Мучное изделие пром.производства                      | 20                | 0,3         | 0,4         | 14,3        | 62           | 1,40                 |
| Кисломолочный напиток для детского<br>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>9,8</b>  | <b>12,6</b> | <b>26</b>   | <b>257</b>   | <b>33,88</b>         |
| Салат из капусты белокочанной                         | 40                | 0,6         | 3           | 2,8         | 41           | 2,99                 |
| Тефтели из мяса                                       | 70                | 8,9         | 9,5         | 8,4         | 155          | 29,51                |
| Чай с сахаром                                         | 180               | 0,1         |             | 10,4        | 42           | 0,87                 |
| Хлеб пшеничный                                        | 10                | 0,2         | 0,1         | 4,4         | 19           | 0,50                 |
| <b>Соль</b>                                           |                   |             |             |             |              | <b>0,06</b>          |
| Соль                                                  | 3                 |             |             |             |              | 0,06                 |
| <b>Итого за день</b>                                  |                   | <b>38</b>   | <b>42</b>   | <b>177</b>  | <b>1 238</b> | <b>144,55</b>        |

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)