

**Меню на день 28 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
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		19,8	21,7	96,8	662,8	65,16
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	3,44
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 кураги	180	0,5		16,2	67	3,09
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	3,29
Полдник		11,3	11,3	59,2	236,5	20,79
Пирог с повидлом	50	6,9	6,5	52,1	148	9,44
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,70
Ужин		14,4	9,9	43,8	320,9	66,21
Суфле творожное со сладкой глазурью -150	150	12,9	8,5	28,3	241	53,65
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
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		54	53	263	1 597	183,16

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)