

Меню на день 5 декабря 2025 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,4	6,9	45,2	273	21,89
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	7,35
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,1		17,4	70	12,15
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	12,15
Обед		16,5	18,8	67,3	504	61,81
Икра морковная	40	0,8	2,9	3,5	43	2,32
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	15,59
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	20,34
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	8,37
Компот из свежих плодов	150	0,3	0,1	13,3	55	12,69
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
Полдник		4	3,9	20,7	134	14,73
Мучное изделие пром.производства	20	0,3	0,4	14,3	62	1,40
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
Ужин		5,3	8,2	22,4	185,3	20,16
Салат из капусты белокочанной	40	0,6	3	2,8	41	3,00
Тефтели из мяса	40	4,4	5,1	4,8	83,3	15,79
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,87
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		33	38	173	1 166	130,79

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)