

Заведующий

Утверждаю:

Комельских Лариса Витальевна

(подпись)

Меню на день 5 декабря 2025 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	8,8	63,4	374	29,74
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	15,87
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,37
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,49
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
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		19,9	21,7	90,4	639	76,56
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61	3,48
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	17,26
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	25,75
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	10,20
Компот из свежих плодов	180	0,4	0,1	18	75	16,37
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,50
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,00
Борщ с капустой и картофелем	180/10	3,8	5,2	12,8	113	3,83
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	4,25
Полдник		4,2	4,7	29,9	178,7	15,43
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,10
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,33
Ужин		10,4	13,7	33,5	299,9	35,90
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60	4,43
Тефтели из мяса	70	8,9	9,5	8,4	155	29,51
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,96
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		45	49	234	1 560	164,46

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)