

Меню на день 15 декабря 2025 г.

1 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		11,7	14,7	45,6	362	37,58
Каша манная жидкая	200	6,1	6,7	21,2	170	20,76
Бутерброд с маслом (1)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Какао с молоком	180	4	4,2	17	122	9,77
2-й завтрак		0,5	0,2	21,8	91	8,98
Сок (91 ккал)	200	0,5	0,2	21,8	91	8,98
Обед		11,1	13,5	76,2	470	34,84
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	2,58
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной	180/10/5	4,7	3,8	8,7	88	18,92
Зразы рубленые из мяса, запеченные	80	11,8	9,4	5,1	152	34,49
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178	7,39
Компот из изюма	180	0,3		14,1	58	3,45
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,50
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Полдник		7,1	9,1	37,5	261	29,41
Булочка с повидлом	50	2,2	4,1	25	146	11,60
Кисломолочный напиток для детского питания	200	4,9	5	12,5	115	17,80
Ужин		12,6	13,1	65,1	427,9	59,27
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	130	2,2	5,2	7,4	85	14,29
Шницель из курицы	70	8,1	6,1	12,2	136	30,92
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,06
Фрукт (98 ккал)	100	0,1	0,3	23,7	98	8,50
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,50
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,00
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		43	51	246	1 612	170,17

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)