

Меню на день 18 декабря 2025 г.

4 день: Столовая №3

Категория Дети (3-7 лет)

Диета

| Наименование блюда                       | Выход блюда, г | Б           | Ж           | У           | Ккал         | Средняя стоимость |
|------------------------------------------|----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|
| <b>Завтрак</b>                           |                | <b>7,5</b>  | <b>11,1</b> | <b>36,7</b> | <b>275,9</b> | <b>29,30</b>      |
| Суп молочный с макаронными изделиями     | 200            | 4,5         | 6,1         | 19,5        | 151          | 18,18             |
| Бутерброд с маслом                       | 15/5           | 1,6         | 3,8         | 7,4         | 70           | 7,05              |
| Чай с молоком                            | 180            | 1,4         | 1,2         | 9,8         | 54,9         | 4,06              |
| Макаронные изделия отварные с м/р        | 150            | 3,3         | 4,7         | 36,8        | 203          | 3,52              |
| Чай - Д                                  | 180            | 0,1         |             |             | 0,1          | 0,15              |
| <b>2-й завтрак</b>                       |                | <b>0,3</b>  |             | <b>18,7</b> | <b>75,8</b>  | <b>6,73</b>       |
| Сок с содержанием витаминов и минералов  | 150            | 0,3         |             | 18,7        | 75,8         | 6,73              |
| <b>Обед</b>                              |                | <b>20,5</b> | <b>23,5</b> | <b>74,8</b> | <b>593</b>   | <b>81,05</b>      |
| Салат из свеклы с чесноком               | 60             | 0,8         | 4           | 4,3         | 56           | 2,57              |
| Суп картофельный с рыбой                 | 180/50         | 6,4         | 6,4         | 15,1        | 144          | 22,50             |
| Филе птицы запеченное с яйцом            | 70             | 9,2         | 8,4         | 3,1         | 125          | 41,69             |
| Рагу овощное                             | 150            | 2,7         | 4,1         | 17          | 116          | 10,04             |
| Компот из смеси сухофруктов              | 180            | 0,3         |             | 15,2        | 62           | 1,75              |
| Хлеб пшеничный                           | 20             | 0,4         | 0,2         | 8,8         | 39           | 1,00              |
| Хлеб ржаной                              | 30             | 0,7         | 0,4         | 11,3        | 51           | 1,50              |
| <b>Полдник</b>                           |                | <b>4,9</b>  | <b>5,7</b>  | <b>27,6</b> | <b>180,9</b> | <b>13,44</b>      |
| Мучное изделие пром.производства         | 30             | 0,5         | 0,9         | 20,5        | 92,4         | 2,10              |
| Молоко питьевое кипяченое                | 150            | 4,4         | 4,8         | 7,1         | 88,5         | 11,34             |
| Компот из кураги - Д                     | 180            | 0,1         |             | 10,6        | 43           | 2,52              |
| <b>Ужин</b>                              |                | <b>12,7</b> | <b>11,5</b> | <b>67,6</b> | <b>423</b>   | <b>62,99</b>      |
| Биточки из мяса (полуфабрикат)*          | 70             | 9,2         | 8,8         | 8,3         | 149          | 41,57             |
| Рис припущенный с овощами "Мозайка" -100 | 100            | 2,8         | 2,2         | 22,4        | 121          | 10,06             |
| Чай с лимоном                            | 180            | 0,1         |             | 10,5        | 42           | 1,86              |
| Фрукт (75 ккал)                          | 100            | 0,1         | 0,2         | 18,2        | 75           | 8,50              |
| Хлеб пшеничный                           | 10             | 0,2         | 0,1         | 4,4         | 19           | 0,50              |
| Хлеб ржаной                              | 10             | 0,3         | 0,2         | 3,8         | 17           | 0,50              |
| <b>Соль</b>                              |                |             |             |             |              | <b>0,10</b>       |
| Соль                                     | 5              |             |             |             |              | 0,10              |
| <b>Итого за день</b>                     |                | <b>46</b>   | <b>52</b>   | <b>225</b>  | <b>1 549</b> | <b>193,61</b>     |

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)