

Заведующий

Утверждаю:

Комельских Лариса Витальевна

(подпись)

Меню на день 14 января 2026 г.

3 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		6,3	5,5	40,8	239	20,24
Каша рисовая жидкая	150	3,7	4,1	15,7	115	14,33
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,36
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	56	3,54
Рис отварной-Д	150	2,9	3,8	24,2	143,1	2,67
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,1		17,3	70	2,04
Напиток из шиповника	150	0,1		17,3	70	2,03
Обед		13,2	16,1	72,1	486	40,72
Салат из огурцов с маслом	40	0,4	3	1,3	34	0,40
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,7	3,9	4,7	69	11,00
Печень говяжья по-строгановски	50/30	5,6	6,4	1,6	86	19,51
Макаронные изделия отварные	110	1,9	2,1	27,8	137	3,84
Компот из кураги	150	0,3		12,8	52	2,34
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Полдник		6,4	7,1	27,4	199	20,56
Булочка "Осенняя"	50	2,7	3,6	21	127	7,23
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,5	6,4	72	13,33
Компот из сухофруктов - Д	180	0,1		9,5	38,7	1,16
Ужин		11,6	12,5	40,5	320,2	18,96
Суфле творожное с молоком сгущенным	130/20	11,4	12,4	16,6	223,2	11,45
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,76
Фрукт (55 ккал)	95	0,1	0,1	13,5	55	6,75
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,22
Соль						0,05
Соль	3					0,05
Итого за день		38	41	198	1 314	102,57

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)