

Меню на день 15 января 2026 г.

4 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,5	11,1	36,7	275,9	26,54
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151	17,25
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	5,32
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	3,97
Макаронные изделия отварные-Д	100	2,1	2,7	20,6	115	3,64
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	0,86
Сок с содержанием витаминов и минералов	150	0,3		18,7	75,8	0,86
Обед		20,3	23,6	72,4	584	72,82
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	0,53
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	18,25
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,95
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	7,53
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,51
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	2,27
Полдник		4,9	5,7	27,6	180,9	13,68
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,34
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,33
Ужин		12,7	11,5	67,6	423	17,59
Биточки из мяса (полуфабрикат)*	70	9,2	8,8	8,3	149	0,20
Рис припущенный с овощами "Мозайка" -100	100	2,8	2,2	22,4	121	8,28
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	0,79
Фрукт (75 ккал)	100	0,1	0,2	18,2	75	7,10
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,60
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		46	52	223	1 540	131,58

Повар

Бут Светлана Вячеславовна

(подпись)

(расшифровка)