

Меню на день 16 января 2026 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,4	6,9	45,2	273	20,72
Каша гречневая жидкая	150	4,1	4,4	16,6	123	11,09
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,36
Кофейный напиток	180	2,1	2,3	13,3	82	7,27
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,22
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,1		17,1	68,6	8,44
Сок (70 ккал)	147	0,1		17,1	68,6	8,44
Обед		16,5	18,9	67,4	505	51,23
Икра морковная	40	0,8	2,9	3,5	43	1,75
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	14,27
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	19,13
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	6,09
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	6,95
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	14,03
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	2,39
Полдник		5,9	9,9	13	165	19,24
Кондитерское изделие пром.производства	20	2,2	6,4	6,6	93	5,60
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,5	6,4	72	13,64
Ужин		5,3	8,2	22,4	185,3	19,41
Салат из капусты белокочанной	40	0,6	3	2,8	41	2,50
Тефтели из мяса	40	4,4	5,1	4,8	83,3	15,52
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,77
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Соль						0,05
Соль	3					0,05
Итого за день		35	44	165	1 197	119,10

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)