

Меню на день 19 января 2026 г.

6 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		12,4	11,8	50,3	356,4	36,23
Каша пшеничная жидкая	200	6,7	7,9	25,2	199	20,07
Бутерброд с сыром (6)	20/15	5,3	3,7	7,2	83	14,36
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,88
Хлеб пшеничный	15	0,3	0,2	6,6	28,5	0,93
Каша пшеничная Д	130	5,2	5,8	17,4	142,4	0,85
2-й завтрак		0,4	0,2	16,4	68,3	5,47
Сок (180)	150	0,4	0,2	16,4	68,3	5,47
Обед		18,1	21,6	95,4	648,8	75,84
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,6	4,8	3,2	58,8	10,70
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/15	4,1	3,6	15,1	109	15,85
Котлета домашняя (полуфабрикат), запеченная с соусом сметанным с томатом	70/30	9,1	8,9	7,4	146	34,12
Рис припущенный	130	2,7	3,4	22	129	6,91
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81	4,03
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	3,00
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	2,61
Полдник		8,9	7,7	33,6	238,5	18,63
Сдоба обыкновенная	50	4,5	2,9	26,5	150	7,29
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	50	3,7	4,1	26,5	157	1,99
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,33
Ужин		12,7	10,7	45,6	328,9	65,24
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным -150	130/20	11,2	9,3	22,9	220	54,14
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54	7,10
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,00
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		53	52	241	1 641	201,50

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)