

Меню на день 21 января 2026 г.
8 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,1	10	56	353,4	29,78
Суп молочный с крупой	200	6,1	7,3	21	174,2	17,13
Бутерброд с повидлом	20/20	1,7	0,2	20,4	89,7	3,58
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,6	89,5	9,07
Гречка отварная вязкая Д	120	3,6	3,1	16	106,2	2,07
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,3		18,8	76,3	2,28
Напиток из шиповника	150	0,3		18,8	76,3	2,28
Обед		20	22	82,9	608,9	45,65
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	3,9	4,2	55,1	1,73
Рассольник "Ленинградский" с курицей со сметаной	180/10/5	4,5	4,7	10,7	103,6	14,61
Котлеты рыбные любительские	80	10,4	8,7	5,7	142,2	17,00
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,3	142	8,29
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	19,9	80,6	4,02
Хлеб пшеничный	22	0,4	0,2	9,7	42,9	
Хлеб ржаной	25	0,6	0,3	9,4	42,5	
Рассольник "Ленинградский"	180/10	4,3	4,7	10,6	102,3	3,55
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,4	2,4	1,2	56,4	15,27
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,8	114,2	3,30
Полдник		4,8	5,7	27,5	180,3	13,58
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,33
Молоко питьевое кипяченое	150	4,3	4,8	7	87,9	11,25
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,42
Ужин		10,9	11,5	41,1	310,2	42,08
Плов из птицы -150	150	9,1	9,9	17,9	196,4	31,02
Чай с молоком	180	1,3	1,2	9,7	54,3	3,96
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	7,10
Хлеб пшеничный	11	0,2	0,1	4,8	20,9	
Хлеб ржаной	8	0,2	0,1	3	13,6	
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,08
Соль	4					0,08
Итого за день		46	49	226	1 529	133,44

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)