

Меню на день 22 января 2026 г.

9 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		17,9	13,5	33	323,9	42,69
Омлет натуральный	100	10,6	8,4	8,4	151	23,12
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83	14,36
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,00
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Каша ячневая с маслом-Д	200	7	5,7	24	175	3,75
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	5,31
Сок с содержанием витаминов и минералов	150	0,3		18,7	75,8	5,31
Обед		18	21,9	82,8	600	74,99
Салат из капусты белокочанной с морковью	60	1,2	4,1	7,6	72	3,75
Суп-лапша домашняя с курицей (пром.произ-ва)	180/15	4,1	4,2	15,2	115	15,69
Шницель из мяса (полуфабрикат)	70	9,2	8,8	8,3	149	33,11
Овощи, припущенные в сметане	150	1,9	4,2	15,4	107	16,44
Компот из кураги	180	0,5		16,2	67	2,95
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	2,76
Полдник		4,2	4,7	29,9	178,7	2,34
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,34
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	23,0
Ужин		8,4	8,1	54,7	323,2	69,68
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом -150	150	7,3	7,7	27	203,3	66,36
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,88
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		49	48	219	1 502	195,10

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)