

Меню на день 23 января 2026 г.

10 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		6,2	9,7	36,7	258	18,43
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	150	4,5	5,9	20,8	154	10,05
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Чай с лимоном	150	0,1		8,5	34	1,71
Каша "Геркулесовая" Д	150	6,3	6,2	19,5	159	1,26
2-й завтрак		0,1		17,4	70	7,88
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	7,88
Обед		15,3	18,5	74,6	526	36,40
Салат из огурцов с маслом	40	0,4	3	1,3	34	0,41
Уха рыбацкая	150/50	5,1	5,3	12,6	119	18,00
Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,8	7,6	7,5	126	3,16
Макаронные изделия отварные	110	1,9	2,1	27,8	137	4,65
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	8,36
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Полдник		6,7	9,7	37	262	26,98
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155	13,37
Молоко питьевое кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	107	13,61
Компот из сухофруктов - Д	180	0,1		9,5	38,7	1,35
Ужин		14,2	9,7	42,2	312,7	17,39
Суфле творожное со сладкой глазурью -120	100/20	12,9	8,5	28,3	241	7,33
Чай с молоком	150	1,2	1	8,2	46,7	2,97
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	7,10
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,39
Чай - Д	180	0,1			0,1	
Соль						0,05
Соль	3					0,05
Итого за день		43	48	208	1 429	107,13

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)