

Меню на день 29 января 2026 г.

4 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,5	11,1	36,7	275,9	28,56
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151	17,87
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,01
Макаронные изделия отварные-Д	100	2,1	2,7	20,6	115	3,98
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,14
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	5,30
Сок с содержанием витаминов и минералов	150	0,3		18,7	75,8	5,30
Обед		20,5	23,5	74,8	593	82,07
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	2,13
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	24,38
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,96
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	8,85
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,71
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
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,76
Полдник		4,9	5,7	27,6	180,9	13,68
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,34
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,33
Ужин		12,7	11,5	67,6	423	65,46
Биточки из мяса (полуфабрикат)*	70	9,2	8,8	8,3	149	45,70
Рис припущенный с овощами "Мозайка" -100	100	2,8	2,2	22,4	121	9,55
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	1,89
Фрукт (75 ккал)	100	0,1	0,2	18,2	75	7,10
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,60
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		46	52	225	1 549	195,16

Повар

Бут Светлана Вячеславовна

(подпись)

(расшифровка)