

Меню на день 6 февраля 2026 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	8,8	63,4	374	29,10
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	15,37
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,23
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,49
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,14
2-й завтрак		0,4	0,2	16,4	68,3	5,31
Сок (180)	150	0,4	0,2	16,4	68,3	5,31
Обед		19,8	21,8	87,8	628	74,90
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61	3,15
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	16,42
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	29,08
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	8,91
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	13,07
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,86
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	17,86
Борщ с капустой и картофелем	180/10	3,8	5,2	12,8	113	3,55
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	3,32
Полдник		4,2	4,7	29,9	178,7	15,98
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	13,64
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,52
Ужин		10,4	13,7	33,5	299,9	38,12
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60	4,05
Тефтели из мяса	70	8,9	9,5	8,4	155	31,95
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,89
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	59,61
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		45	49	231	1 549	163,50

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)