

Заведующий

Утверждаю:

Комельских Лариса Витальевна

(подпись)

Меню на день 16 февраля 2026 г.

1 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		11,7	14,7	45,6	362	36,64
Каша манная жидкая	200	6,1	6,7	21,2	170	20,26
Бутерброд с маслом (1)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Какао с молоком	180	4	4,2	17	122	9,72
Каша манная жидкая на воде	150	2	4,1	12,8	96	1,21
Чай - Д	180	0,1			0,1	
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		22,9	22,9	81,3	622	72,99
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	2,15
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной	180/10/5	4,7	3,8	8,7	88	17,87
Зразы рубленые из мяса, запеченные	80	11,8	9,4	5,1	152	39,54
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178	6,94
Компот из изюма	180	0,3		14,1	58	3,45
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Рассольник "Домашний"	180/10	4,6	5,5	8,7	103	4,98
Котлета из говядины Д	70	14,2	9,4	0,4	143	44,11
Полдник		5,9	7,9	34,4	232,3	24,37
Булочка с повидлом	50	2,2	4,1	25	146	10,73
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,64
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	50	3,7	4,1	26,5	157	2,07
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,55
Ужин		56	10,2	61,2	373,3	46,79
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная) -100	100	1,7	4	5,7	65,4	10,79
Шницель из курицы	50	52	4,4	10	101	23,03
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,05
Фрукт (98 ккал)	100	0,1	0,3	23,7	98	7,10
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		97	56	239	1 658	186,20

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)