

Меню на день 20 февраля 2026 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,4	6,9	45,2	273	21,56
Каша гречневая жидкая	150	4,1	4,4	16,6	123	11,70
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,52
Кофейный напиток	180	2,1	2,3	13,3	82	7,35
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,1		17,4	70	10,33
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	10,33
Обед		16,5	18,9	67,4	505	61,30
Икра морковная	40	0,8	2,9	3,5	43	2,15
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	14,99
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	23,04
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	7,32
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	10,76
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	17,86
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	3,32
Полдник		4	3,6	11,2	93,3	17,76
Блины с маслом сливочным	50	0,3	0,1	4,8	21,3	4,12
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,5	6,4	72	13,64
Компот из сухофруктов - Д	180	0,1		9,5	38,7	1,26
Ужин		5,3	8,2	22,4	185,3	21,45
Салат из капусты белокочанной	40	0,6	3	2,8	41	2,73
Тефтели из мяса	40	4,4	5,1	4,8	83,3	17,22
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,87
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		33	38	164	1 127	132,46

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)