

Заведующий

Утверждаю:

Комельских Лариса Витальевна

(подпись)

Меню на день 20 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	
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	74,98
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61	3,22
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	16,47
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	29,09
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	8,90
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	13,05
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,86
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Борщ с капустой и картофелем	180/10	3,8	5,2	12,8	113	3,60
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	3,32
Полдник		4,2	4	19,9	131,3	20,22
Блины с маслом сливочным	50	0,5	0,2	10,5	45	6,58
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,64
Ужин		7,9	11	31,1	255,6	28,73
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60	4,04
Тефтели из мяса	50	6,4	6,8	6	110,7	22,50
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,95
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		43	46	219	1 457	158,44

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)