

Заведующий

Утверждаю:

Комельских Лариса Витальевна

(подпись)

Меню на день 3 марта 2026 г.

2 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		14,1	12,7	43,1	343	44,40
Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая)	200	6,5	6,5	21,1	169	20,55
Бутерброд с сыром (2)	20/15	5,3	3,7	7,2	83	14,36
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,49
Каша ячневая рассыпчатая с маслом-Д	200	7	5,7	24	175	3,79
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,14
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	5,31
Сок с содержанием витаминов и минералов	150	0,3		18,7	75,8	5,31
Обед		17,7	20,9	91,4	625	53,88
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	8,33
Суп гороховый с гречками	180/20	4,4	3,1	22,9	137	9,38
Жаркое по-домашнему	200	11,3	12,9	22,7	252	28,43
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81	4,09
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Полдник		7,2	11,7	16,5	250,5	25,34
Кондитерское изделие пром.производства	50	2,8	6,9	9,4	162	14,00
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,59
Ужин		8,7	9,8	54,4	340	35,18
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70	4,86
Котлета рыбная "Лада"	50	6,5	4,9	4,5	88	16,71
Чай со смородиной и сахаром	180/10	0,2		9,3	38	4,68
Фрукт (90 ккал)	100	0,2	0,6	21	90	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
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	17,86
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		48	55	224	1 634	164,21

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)