

Меню на день 17 марта 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	36,69
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	9,77
Каша манная жидкая на воде	150	2	4,1	12,8	96	1,20
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
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	73,25
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	17,86
Зразы рубленые из мяса, запеченные	80	11,8	9,4	5,1	152	40,05
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178	6,93
Компот из изюма	180	0,3		14,1	58	3,22
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	4,79
Полдник		5,9	7,9	34,4	232,3	24,63
Булочка с повидлом	50	2,2	4,1	25	146	10,99
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	2,17
Компот из сухофруктов - Д	180	0,1		9,5	38,7	1,26
Ужин		55,9	9,9	37,5	275,3	39,71
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	23,04
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,07
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,76
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		97	56	215	1 560	179,69

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)