

Меню на день 18 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
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		15,1	18,3	82,2	554,8	69,56
Салат из соленых огурцов	60	0,6	4,8	3,2	58,8	9,79
Суп гороховый с гренками	180/20	4,4	3,1	22,9	137	9,38
Жаркое по-домашнему	150	8,5	9,7	17	189	45,07
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,67
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
Ужин		8,5	9,2	33,4	250	28,08
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
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		45	52	194	1 474	172,79

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)