

Меню на день 19 марта 2026 г.

3 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		6,1	5,3	39,2	229,7	21,07
Каша рисовая жидкая	150	3,7	4,1	15,7	115	15,39
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,67
Чай с молоком	150	1,2	1	8,2	46,7	3,02
Рис отварной-Д	150	2,9	3,8	24,2	143,1	3,05
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,1		17,3	70	2,45
Напиток из шиповника	150	0,1		17,3	70	2,45
Обед		13,5	16,1	73,5	493	54,46
Салат из свежих помидоров	40	0,7	3	2,7	41	2,65
Ши из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,7	3,9	4,7	69	11,77
Печень говяжья по-строгановски	50/30	5,6	6,4	1,6	86	28,85
Макаронные изделия отварные	110	1,9	2,1	27,8	137	4,93
Компот из кураги	150	0,3		12,8	52	2,61
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Печень Д	70	14,2	9,4	0,4	143	27,19
Полдник		6,4	7,1	27,4	199	22,73
Булочка "Осенняя"	50	2,7	3,6	21	127	9,09
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		11,5	12,4	27	265,2	44,49
Суфле творожное с молоком сгущенным	130/20	11,4	12,4	16,6	223,2	43,62
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,87
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		38	41	184	1 257	145,27

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)