

Меню на день 19 марта 2026 г.

3 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		8,3	7,6	53,7	314,9	30,14
Каша рисовая жидкая	200	5,1	6,2	21,8	163	21,54
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,53
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,06
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	2,53
Напиток из шиповника	150	0,3		18,7	75,8	2,53
Обед		21,5	22,1	89,3	643	66,78
Салат из свежих помидоров	60	0,9	4,1	3,9	56	3,91
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	4,1	4,9	5,6	83	12,29
Печень говяжья по-строгановски	50/30	11,2	9,6	2,9	143	36,95
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186	6,82
Компот из кураги	180	0,5		16,2	67	3,17
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	2,80
Полдник		6,4	7,4	30,4	213,3	22,73
Булочка "Осенняя"	50	2,7	3,6	21	127	9,09
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
Ужин		13,9	16,6	36,4	350,3	55,34
Суфле творожное с молоком сгущенным	150/20	13,8	16,6	25,1	304,4	54,38
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,95
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		50	54	229	1 597	177,61

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)