

**Меню на день 20 марта 2026 г.**
**4 день: Столовая №3**
*Категория*
*Дети (1-3 лет)*
*Диета*

| Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, г | Б          | Ж          | У           | Ккал         | Средняя<br>стоимость |
|-----------------------------------------|-------------------|------------|------------|-------------|--------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b>                          |                   | <b>5,7</b> | <b>8,6</b> | <b>27,6</b> | <b>210,7</b> | <b>23,18</b>         |
| Суп молочный с макаронными изделиями    | 150               | 2,9        | 3,8        | 12          | 94           | 13,50                |
| Бутерброд с маслом                      | 15/5              | 1,6        | 3,8        | 7,4         | 70           | 6,67                 |
| Чай с молоком                           | 150               | 1,2        | 1          | 8,2         | 46,7         | 3,01                 |
| Макаронные изделия отварные-Д           | 100               | 2,1        | 2,7        | 20,6        | 115          | 4,31                 |
| Чай - Д                                 | 180               | 0,1        |            |             | 0,1          |                      |
| <b>2-й завтрак</b>                      |                   | <b>0,1</b> |            | <b>17,3</b> | <b>70</b>    | <b>2,45</b>          |
| Напиток из шиповника                    | 150               | 0,1        |            | 17,3        | 70           | 2,45                 |
| <b>Обед</b>                             |                   | <b>15</b>  | <b>18</b>  | <b>64,2</b> | <b>479</b>   | <b>66,38</b>         |
| Салат из свеклы с чесноком              | 40                | 0,6        | 3          | 3,4         | 43           | 1,50                 |
| Суп картофельный с рыбой                | 150/50            | 5          | 5          | 12,6        | 115          | 23,03                |
| Филе птицы запеченное с яйцом           | 50                | 6,3        | 6,4        | 2           | 91           | 30,42                |
| Рагу овощное                            | 120               | 1,8        | 3          | 14,9        | 94           | 7,17                 |
| Компот из смеси сухофруктов             | 150               | 0,2        |            | 11,2        | 46           | 1,23                 |
| Хлеб пшеничный                          | 20                | 0,4        | 0,2        | 8,8         | 39           | 1,24                 |
| Хлеб ржаной                             | 30                | 0,7        | 0,4        | 11,3        | 51           | 1,80                 |
| <b>Полдник</b>                          |                   | <b>4,6</b> | <b>5,2</b> | <b>21,4</b> | <b>151,2</b> | <b>12,90</b>         |
| Мучное изделие пром.производства        | 20                | 0,3        | 0,4        | 14,3        | 62           | 1,56                 |
| Молоко питьевое кипяченое               | 150               | 4,3        | 4,8        | 7,1         | 89,2         | 11,34                |
| Компот из кураги - Д                    | 180               | 0,1        |            | 10,6        | 43           | 2,59                 |
| <b>Ужин</b>                             |                   | <b>8,6</b> | <b>8,3</b> | <b>40,4</b> | <b>268,4</b> | <b>43,64</b>         |
| Биточки из мяса (полуфабрикат)**        | 50                | 6          | 6,5        | 5,9         | 106          | 32,27                |
| Рис припущенный с овощами "Мозайка" -80 | 80                | 2          | 1,5        | 17,8        | 92,4         | 8,38                 |
| Чай с лимоном                           | 150               | 0,1        |            | 8,5         | 34           | 1,77                 |
| Хлеб пшеничный                          | 10                | 0,2        | 0,1        | 4,4         | 19           | 0,62                 |
| Хлеб ржаной                             | 10                | 0,3        | 0,2        | 3,8         | 17           | 0,60                 |
| <b>Соль</b>                             |                   |            |            |             |              | <b>0,06</b>          |
| Соль                                    | 3                 |            |            |             |              | 0,06                 |
| <b>Итого за день</b>                    |                   | <b>34</b>  | <b>40</b>  | <b>171</b>  | <b>1 179</b> | <b>148,62</b>        |

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)