

Меню на день 20 марта 2026 г.

4 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,5	11,1	36,7	275,9	28,71
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151	17,98
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,06
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		20,5	23,5	74,8	593	82,20
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	2,15
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	24,56
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,98
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	8,80
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	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	2,80
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,76
Полдник		4,9	5,7	27,6	180,9	13,68
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,34
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Ужин		12,6	11,3	49,4	348	58,68
Биточки из мяса (полуфабрикат)*	70	9,2	8,8	8,3	149	45,71
Рис припущенный с овощами "Мозайка" -100	100	2,8	2,2	22,4	121	9,80
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	1,95
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,60
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		46	52	207	1 474	188,68

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)