

Меню на день 23 марта 2026 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,4	6,9	45,2	273	21,71
Каша гречневая жидкая	150	4,1	4,4	16,6	123	11,70
Бутерброд с повидлом	15/10	1,2	0,2	15,3	68	2,67
Кофейный напиток	180	2,1	2,3	13,3	82	7,35
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,1		17,4	70	10,35
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	10,35
Обед		16,5	18,9	67,4	505	55,92
Икра морковная	40	0,8	2,9	3,5	43	2,09
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	150/10/5	3,5	4,6	10,4	97	14,91
Рыба припущенная в сметане	60	8,2	7,1	1,2	102	23,04
Пюре картофельное	120	2,6	3,5	18,8	117	7,32
Кисель из свежих ягод	150	0,3	0,2	13,4	56	5,52
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	17,86
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	3,32
Полдник		4	3,9	20,7	134	15,20
Мучное изделие пром.производства	20	0,3	0,4	14,3	62	1,56
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,5	6,4	72	13,64
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,59
Ужин		6,1	8,5	22,3	190,6	26,81
Салат из свежих помидоров	40	0,7	3	2,7	41	6,45
Тефтели из мяса	40	5,1	5,4	4,8	88,6	18,86
Чай с сахаром	180	0,1		10,4	42	0,87
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		34	38	173	1 173	130,06

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)