

Меню на день 31 марта 2026 г.**8 день: Столовая №3**

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		6,1	7,2	53,6	303,9	20,18
Каша пшенная жидкая	200	4,2	7	20,2	161	14,75
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,53
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,90
Каша пшенная жидкая на воде с м/р	150	2,8	4,4	15	111	1,52
2-й завтрак		0,4	0,2	16,4	68,3	5,31
Сок (180)	150	0,4	0,2	16,4	68,3	5,31
Обед		20,6	22,4	80,1	604	52,98
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57	1,98
Рассольник "Ленинградский" с курицей со сметаной	180/10/5	4,7	4,9	11,2	108	17,57
Котлеты рыбные любительские	80	10,5	8,8	5,8	144	19,82
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	8,90
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
Рассольник "Ленинградский"	180/10	4,5	5	11,2	108	5,20
Котлеты рыбные любительские	80	10,5	8,8	5,8	144	16,55
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	3,32
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
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,59
Ужин		9,9	10,4	37,1	279,8	34,89
Плов из птицы -150	150	9,3	10,1	18,4	201,8	31,72
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		42	46	215	1 437	127,14

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)