

Меню на день 7 апреля 2026 г.

5 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,4	8,8	64,5	379,3	28,88
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,6	186,9	15,27
Бутерброд с повидлом	20/20	1,9	0,2	23,2	101,9	4,44
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,7	90,5	9,18
Гречка отварная вязкая Д	130	4	3,5	17,7	117,7	2,56
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,4	0,2	16,8	70,1	5,06
Сок (180)	152	0,4	0,2	16,8	70,1	5,06
Обед		22	24,7	106,3	736,8	72,89
Икра морковная	60	1,3	4,4	5,9	68,1	4,52
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	4,3	5,4	14,1	122,4	16,51
Рыба припущенная в сметане	80	10,6	8,5	2,7	130,1	28,24
Пюре картофельное	150	3,8	5,2	29,6	180,2	10,55
Кисель из свежих ягод	180	0,4	0,3	23	95,6	9,32
Хлеб пшеничный	31	0,6	0,3	13,6	61	1,55
Хлеб ржаной	46	1	0,6	17,4	79,4	2,20
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,8	114,2	5,06
Полдник		5,7	6,7	61,8	332	29,57
Мучное изделие пром.производства	50	1,3	2,2	50,5	227,9	16,43
Кисломолочный напиток для детского питания	150	4,4	4,5	11,3	104,1	13,13
Ужин		11,6	19,1	44,4	397,7	45,29
Салат из огурцов с маслом	60	0,8	5,7	2,7	65,8	8,97
Тефтели из мяса	50	7,9	8,4	7,4	137,3	25,73
Овощи тушеные в соусе	100	2,4	4,8	14,2	109,5	8,69
Чай с сахаром	180	0,1		10,9	44,1	0,87
Хлеб пшеничный	21	0,4	0,2	9,2	41	1,04
Котлета из мяса - Д	50	14,8	9,8	0,4	148,7	36,70
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		50	60	294	1 916	181,79

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)