

Меню на день 20 апреля 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	28,72
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	4,07
Макаронные изделия отварные-Д	100	2,1	2,7	20,6	115	4,35
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
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	86,82
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56	3,03
Суп картофельный с рыбой	180/50	6,4	6,4	15,1	144	25,90
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125	41,98
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116	11,20
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	4,03
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,77
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		12,7	11,5	67,6	423	69,28
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	10,20
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,36
Фрукт (75 ккал)	100	0,1	0,2	18,2	75	9,80
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	225	1 549	203,91

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)