

Меню на день 22 апреля 2026 г.

6 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		12,4	11,8	50,3	356,4	36,44
Каша пшеничная жидкая	200	6,7	7,9	25,2	199	20,20
Бутерброд с сыром (6)	20/15	5,3	3,7	7,2	83	14,36
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,95
Хлеб пшеничный	15	0,3	0,2	6,6	28,5	0,93
Каша пшеничная Д	130	5,2	5,8	17,4	142,4	0,94
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		18,1	20,9	94,1	637	91,07
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	8,04
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/15	4,1	3,6	15,1	109	18,22
Котлета домашняя (полуфабрикат), запеченная с соусом сметанным с томатом	70/30	9,1	8,9	7,4	146	47,57
Рис припущенный	130	2,7	3,4	22	129	7,67
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81	5,33
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	3,00
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	4,00
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	35,12
Полдник		8,9	7,7	33,6	238,5	18,80
Сдоба обыкновенная	50	4,5	2,9	26,5	150	7,46
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	50	3,7	4,1	26,5	157	2,43
Компот из сухофруктов - Д	180	0,1		9,5	38,7	1,26
Ужин		12,7	10,7	45,6	328,9	68,11
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным -150	130/20	11,2	9,3	22,9	220	54,25
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54	9,80
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,06
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,42
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,15
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		53	51	240	1 629	219,83

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)