

Меню на день 27 апреля 2026 г.
9 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		17,9	13,5	33	323,9	42,75
Омлет натуральный	100	10,6	8,4	8,4	151	23,13
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83	14,36
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,06
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Омлет натуральный на воде	80	4	3,1	4	59,5	16,64
Каша ячневая рассыпчатая с маслом - Д	150	7	5,7	24	175	2,91
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		17,5	22,6	79,2	590,4	92,68
Салат из свеклы с огурцами	60	0,7	4,8	4	62,4	4,67
Суп-лапша домашняя с курицей (пром.произ-ва)	180/15	4,1	4,2	15,2	115	16,18
Шницель из мяса (полуфабрикат)	70	9,2	8,8	8,3	149	45,71
Овощи, припущенные в сметане	150	1,9	4,2	15,4	107	19,91
Компот из кураги	180	0,5		16,2	67	3,17
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
Овощи тушеные в соусе (без сметаны)	120	2,3	3,1	15,7	100	9,96
Полдник		4,6	5,3	43,5	240,3	27,64
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154	14,00
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,64
Компот из сухофруктов - Д	180	0,1		9,5	38,7	1,26
Ужин		8,4	8,1	54,7	323,2	85,85
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом -150	150	7,3	7,7	27	203,3	82,46
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,95
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Мясо отварное - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	78,28
Картофельное пюре-Д	150	2,9	3,3	17,9	115	5,10
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		49	50	229	1 554	254,33

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)