

Меню на день 30 апреля 2026 г.

8 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,6	10,2	46,7	308	23,78
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196	14,75
Бутерброд с маслом (10)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,35
2-й завтрак		0,3		18,7	75,8	2,53
Напиток из шиповника	150	0,3		18,7	75,8	2,53
Обед		20,4	22,5	84,9	623	60,62
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57	2,84
Рассольник "Ленинградский" с курицей со сметаной	180/10/5	4,7	4,9	11,2	108	18,53
Котлеты рыбные любительские	80	10,5	8,8	5,8	144	20,20
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	10,68
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	30	0,7	0,4	11,3	51	1,80
Рассольник "Ленинградский"	180/10	4,5	5	11,2	108	6,23
Котлета рыбная -Д	50	5,9	3,9	0,2	59,6	13,15
Полдник		0,4	0,2	16,4	68,3	5,31
Сок (180)	150	0,4	0,2	16,4	68,3	5,31
Ужин		9,9	10,4	37,9	283,7	34,38
Плов из птицы -150	150	9,3	10,1	18,4	201,8	32,26
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,90
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		39	43	205	1 359	126,72

Повар

(подпись)

Шнитова Ирина Петровна

(расшифровка)