

Заведующий

Комельских Лариса Витальевна

(подпись)

Меню на день 22 июня 2026 г.
5 день: Столовая №1

Категория Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		10,3	8,8	63,4	374	29,40
Каша гречневая жидкая	200	6,2	6,1	26,5	186	15,37
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	22,1	97	4,53
Кофейный напиток	180	2,3	2,5	14,8	91	9,49
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	4,1	0,8	29	194	2,68
Компот из свежих ягод - Д	180	0,1		12,7	51,6	10,67
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		19,5	22	86,4	623	81,05
Салат из свежих помидоров	60	0,9	4,1	3,9	56	12,63
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	180/10/5	3,9	4,9	12,8	111	17,64
Рыба припущенная в сметане	80	9,9	7,9	2,5	121	29,09
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143	10,68
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	6,74
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	59	1,86
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,40
Суп с мясом Д	250/10	1,5	3,3	6,9	63,6	7,03
Рыба припущенная с луком - Д	50	7,6	2,5	1,3	57,5	17,96
Картофель толченый по-деревенски	120	2,2	7,5	15,3	138	5,32
Полдник		4,2	4,7	29,9	178,7	15,98
Мучное изделие пром.производства	30	0,5	0,9	20,5	92,4	2,34
Кисломолочный напиток для детского питания	150	3,7	3,8	9,4	86,3	13,64
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,59
Ужин		9	11,3	38,9	294,3	34,60
Тефтели из мяса	50	6,4	6,8	6	110,7	22,62
Овощи тушеные в соусе	100	2,1	4,3	12,8	98,7	9,84
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9	0,90
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Котлета из мяса - Д	50	14,2	9,4	0,4	143	35,19
Картофель отварной - Д	150	2,8	3,4	21,8	129,4	5,96
Соль						0,10
Соль	5					0,10
Итого за день		43	47	235	1 538	166,43

Повар

(подпись)

Пустозёрова Ольга Евгеньевна

(расшифровка)