

Заведующий

Комельских Лариса Витальевна

(подпись)

Меню на день 21 июля 2026 г.  
5 день: Столовая №3

Категория Дети (1-3 лет)

Диета

| Наименование блюда                                 | Выход<br>блюда, г | Б    | Ж   | У    | Ккал  | Средняя<br>стоимость |
|----------------------------------------------------|-------------------|------|-----|------|-------|----------------------|
| Завтрак                                            |                   | 7,4  | 6,9 | 45,2 | 273   | 21,72                |
| Каша гречневая жидкая                              | 150               | 4,1  | 4,4 | 16,6 | 123   | 11,70                |
| Бутерброд с повидлом                               | 15/10             | 1,2  | 0,2 | 15,3 | 68    | 2,67                 |
| Кофейный напиток                                   | 180               | 2,1  | 2,3 | 13,3 | 82    | 7,35                 |
| 2-й завтрак                                        |                   | 0,1  |     | 17,4 | 70    | 10,35                |
| Сок (70 ккал)                                      | 150               | 0,1  |     | 17,4 | 70    | 10,35                |
| Обед                                               |                   | 16,4 | 19  | 66,6 | 503   | 61,02                |
| Салат из свежих помидоров                          | 40                | 0,7  | 3   | 2,7  | 41    | 6,01                 |
| Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной | 150/10/5          | 3,5  | 4,6 | 10,4 | 97    | 15,60                |
| Рыба припущенная в сметане                         | 60                | 8,2  | 7,1 | 1,2  | 102   | 23,06                |
| Пюре картофельное                                  | 120               | 2,6  | 3,5 | 18,8 | 117   | 7,80                 |
| Кисель из свежих ягод                              | 150               | 0,3  | 0,2 | 13,4 | 56    | 5,52                 |
| Хлеб пшеничный                                     | 20                | 0,4  | 0,2 | 8,8  | 39    | 1,24                 |
| Хлеб ржаной                                        | 30                | 0,7  | 0,4 | 11,3 | 51    | 1,80                 |
| Полдник                                            |                   | 4,5  | 4,5 | 42,2 | 227   | 27,64                |
| Мучное изделие пром.производства                   | 50                | 0,8  | 1   | 35,8 | 155   | 14,00                |
| Кисломолочный напиток для детского питания         | 150               | 3,7  | 3,5 | 6,4  | 72    | 13,64                |
| Ужин                                               |                   | 6,8  | 11  | 31   | 250,3 | 32,42                |
| Салат из огурцов с маслом                          | 40                | 0,4  | 3   | 1,3  | 34    | 5,35                 |
| Тефтели из мяса                                    | 40                | 4,4  | 5,1 | 4,8  | 83,3  | 17,79                |
| Овощи тушеные в соусе                              | 80                | 1,7  | 2,8 | 10,1 | 72    | 7,80                 |
| Чай с сахаром                                      | 180               | 0,1  |     | 10,4 | 42    | 0,87                 |
| Хлеб пшеничный                                     | 10                | 0,2  | 0,1 | 4,4  | 19    | 0,62                 |
| Соль                                               |                   |      |     |      |       | 0,06                 |
| Соль                                               | 3                 |      |     |      |       | 0,06                 |
| Итого за день                                      |                   | 35   | 41  | 202  | 1 323 | 153,21               |

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)

