

Меню на день 12 октября 2026 г.**11 день: Столовая Корп.№1**

Категория

ДЩ (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		5,4	6,7	38,6	234	15,17
Каша кукурузная жидкая на воде	180	2,5	5	21,4	137,7	2,31
Бутерброд с сыром	20/10	2,8	1,7	6,6	53,3	12,03
Чай с сахаром	180	0,1		10,6	43	0,83
2-й завтрак		0,1	0,4	16,4	70	7,50
Фрукт (70 ккал)	100	0,1	0,4	16,4	70	7,50
Обед		41,7	49,5	93,3	986,6	114,73
Салат из свеклы с огурцами	40	0,5	3,2	2,6	41,6	3,60
Уха с крупой	180/50	9,2	5,8	7,9	120,5	21,98
Уха с крупой	180/50	9	6,5	7,9	126	18,70
Фрикадельки из кур припущенные, с маслом	70/5	10,5	10,4	6,3	160,5	40,35
Мясо отварное (Свинина)	50	8,6	13,5	14,2	213	19,66
Картофель толченный, по-деревенски	150	2,5	9,5	19,1	172	5,15
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62	1,58
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,49
Хлеб ржано-пшеничный витамин.	30	0,7	0,4	11,3	52	2,22
Полдник		3,2	6,3	52,4	278,5	37,04
Кондитерское изделие пром.производства	40	1,4	4,2	18	115,2	8,80
Печенье безглютеновое	25	1,4	1,9	13,1	74,5	23,50
Сок с содержанием витаминов и минералов (102 ккал)	120	0,4	0,2	21,3	88,8	4,74
Ужин		32	11,9	43,6	409,4	68,60
Овощи припущенные	120	1,8	3	16,2	99,2	7,21
Овощи припущенные с маслом растительным	120	1,7	2,6	11,8	76,8	4,35
Зразы рубленые из говядины, паровые	50	6,4	4,4	2,5	75,6	26,53
Рыба отварная	100	21,7	1,7	0,5	105	29,06
Чай с сахаром	150	0,1		8,8	35,8	0,71
Хлеб ржано-пшеничный витамин.	10	0,3	0,2	3,8	17	0,74
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		82	75	244	1 979	243,11

Медицинская сестра поликлиники
ОКБ№2

(подпись)

Хмелева Елена Ильдусовна

(расшифровка)