

Меню на день 13 октября 2026 г.

12 день: Столовая Корп.№1

Категория

ДЩ (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		4,3	5,1	41,3	227,9	7,73
Каша пшенная жидкая на воде	180	3,3	5	18,5	131,4	1,83
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	0,9	0,1	12,2	53,5	5,06
Чай с сахаром	180	0,1		10,6	43	0,83
2-й завтрак		0,5	0,2	21,8	91	4,02
Сок (91 ккал)	100	0,5	0,2	21,8	91	4,02
Обед		35,5	45,4	111,1	994,1	103,26
Салат из отварных овощей с маслом растительным	40	1	3,3	5	53,6	1,48
Суп картофельный с клецками с курицей	180/15	5	4,9	8,5	97,8	16,11
Суп картофельный на вегетарианском бульоне		3,3	3,5	11,7	91,6	2,49
Голубцы ленивые, запеченные с соусом сметанным с томатом	180	13,8	14,3	14,5	242,1	49,85
Мясо отварное (Свинина)	50	8,6	13,5	14,2	213	19,66
Рис припущенный с маслом растительным	130	2,6	5,3	22	146	3,62
Компот из свежих ягод	180	0,1		14,4	58	6,30
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,16
Хлеб ржано-пшеничный витамин.	20	0,5	0,3	7,6	34	1,57
Полдник		2,9	6,3	37,2	216,4	35,22
Булочка "К чаю"	40	1,4	4,4	14,5	103,2	7,50
Печенье безглютеновое	25	1,4	1,9	13,1	74,5	23,50
Компот из свежих ягод	120	0,1		9,6	38,7	4,22
Ужин		24,4	11,6	44,8	382,8	41,46
Рыба отварная	100	21,7	1,7	0,5	105	29,06
Картофель толченный, по-деревенски	150	2,5	9,5	19,1	172	4,19
Чай с сахаром	150	0,1		8,8	35,8	0,71
Фрукт (70 ккал)	100	0,1	0,4	16,4	70	7,50
Соль						0,06
Соль	3					0,06
Итого за день		68	69	256	1 912	191,74

Медицинская сестра поликлиники
ОКБ№2

(подпись)

Хмелева Елена Ильдусовна

(расшифровка)