



93



ООО "ВИНЕГРЕТЬ"

Меню

на "25" марта 2026 г. (3 день)

| № п/п | Наименование | Выход, гр. | Калорийность, ккал | Калорийность, ккал |
|---|---|----------------------|--------------------|--------------------|
| Завтрак | | | | |
| 1 | Рис отварной с маслом 1/150/180 | 150/180 | 218,195 | 261,634 |
| 2 | Икра кабачковая 1/30,1/50 | 30/50 | 29,22 | 48,7 |
| 3 | Хлеб пшеничный с сыром 1/20/10, 1/30/10 | 30/40 | 81,6 | 105,17 |
| 4 | Кофейный напиток 1/180,1/180 | 180/180 | 89,079 | 89,079 |
| | Итого | 390/450 | 418,094 | 504,783 |
| Завтрак 2 | | | | |
| 1 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | 100/100 | 39,3 | 39,3 |
| | Итого | 100/100 | 39,3 | 39,3 |
| Обед | | | | |
| 1 | Салат из свеклы с маслом 1/30,1/50 | 30/50 | 55,33 | 55,33 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/150,1/200 | 150/200 | 84,057 | 112,076 |
| 3 | Каша гречневая с курицей 1/130,1/150 | 130/150 | 486,005 | 526,005 |
| 4 | Компот из сухофруктов 1/150,1/180 | 150/180 | 71,505 | 85,808 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/40/50 | 40/50 | 96,4 | 120,5 |
| | Итого | 500/630 | 793,297 | 899,717 |
| Полдник | | | | |
| 1 | Кефир 1/150/200 | 150/200 | 75,75 | 101 |
| 2 | Булочка сдобная 1/50(v) | 50/50 | 183,118 | 183,118 |
| | Итого | 200/250 | 258,868 | 284,118 |
| Ужин | | | | |
| 1 | Рыба припущенная 1/60,1/80 | 60/80 | 98,301 | 131,068 |
| 2 | Картофельное пюре с маслом 1/120,1/120 | 120/120 | 116,199 | 116,199 |
| 3 | Чай заварной с сахаром 1/180,1/200 | 180/200 | 54,829 | 60,921 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40, 1/50 | 40/50 | 96,4 | 120,5 |
| | Итого | 400/450 | 365,729 | 428,688 |
| | Всего | 1590/1880 | 1875,288 | 2156,606 |
| Итого стоимость питания на 1 ребенка | | 273,79/311,49 | | |