

Ежедневное меню на 13.12.2024г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима

3-7 лет

День: пятница

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюда	Выход (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины
			Б	Ж	У	С
Завтрак						
Каша пшеничная молочная жидкая	180	210,39	6,55	6,53	31,36	1,14
Масло сливочное (порциями)	10	66,10	0,08	7,26	0,14	
Хлеб пшеничный	30	140,40	4,56	0,48	29,52	
Какао с молоком	180	84,60	2,97	2,61	12,42	0,63
	400	501,49	14,16	16,88	73,44	1,77
Второй завтрак						
Сок фруктовый	150	64,50	0,75	0,15	15,15	3,00
	150	64,50	0,75	0,15	15,15	3,00
Обед						
Суп картофельный с бобовыми	180	83,34	4,54	2,57	10,51	3,42
Каша гречневая рассыпчатая	130	209,88	7,37	5,51	32,67	
Оладьи из печени по-кунцевски	70	121,10	11,90	3,71	9,80	4,69
Соус томатный	20	346,00	6,33	21,87	30,67	7,33
Компот из смеси сухофруктов	180	75,60	0,54	0,09	18,09	0,18
Хлеб ржаной	50	103,00	4,00	0,75	20,05	
	630	938,92	34,68	34,50	121,79	15,62
Полдник						
Булочка домашняя	70	220,50	4,90	7,81	32,44	
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
	250	254,70	5,08	7,90	40,81	0,00
Ужин						
Запеканка из творога	180	698,40	57,24	27,72	54,00	
Соус молочный сладкий	45	1269,00	36,00	72,29	118,51	3,60
Чай с сахаром	200	38,00	0,20	0,10	9,30	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
	450	2122,40	97,24	100,51	206,41	3,60
Всего за день	1880	3882,01	151,91	159,95	457,60	23,99

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова