

Ежедневное меню на 10.01.2025г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима

1-3 года

День: пятница

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюда	Выход (гр)	Энергетическая	Пищевые вещества (г)			Витамин
			Б	Ж	У	С
Завтрак						
Каша пшеничная молочная жидкая	150	175,32	5,46	5,44	26,14	0,95
Масло сливочное (порциями)	5	33,05	0,04	3,63	0,07	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
Какао с молоком	180	84,60	2,96	2,60	12,42	0,62
	360	409,97	12,26	12,07	63,23	1,57
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	150	69,45	3,78	2,15	8,76	2,85
Каша гречневая рассыпчатая	110	177,59	6,24	4,67	27,65	
Оладьи из печени по-кунцевски	50	86,50	8,50	2,65	7,00	3,35
Соус томатный	20	346,00	6,33	21,87	30,67	7,33
Компот из смеси сухофруктов	150	63,00	0,45	0,08	15,07	0,15
Хлеб ржаной	30	103,00	4,00	0,75	20,05	
	510	845,54	29,30	32,17	109,20	13,68
Полдник						
Булочка домашняя	50	157,50	3,50	5,58	23,17	
Чай с сахаром	150	28,50	0,15	0,08	6,98	
	200	186,00	3,65	5,66	30,15	0,00
Ужин						
Запеканка из творога	160	310,40	25,44	12,32	24,00	
Соус молочный сладкий	40	1128,00	32,00	64,26	105,34	3,20
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
	405	1589,60	61,42	77,07	162,31	3,20
Всего за день	1625	3095,61	107,38	127,12	380,04	21,45

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова