

Ежедневное меню на 06.02.2025г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима

3-7 лет

День: четверг

Неделя: 2

| Прием пищи, наименование блюда | Выход (гр) | Энергетическая ценность (ккал) | Пищевые вещества (г) | | | Витамины |
|--|-------------|--------------------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | С |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 180 | 180,91 | 5,40 | 4,77 | 27,63 | 0,36 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 33,05 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | |
| Хлеб пшеничный | 25 | 117,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | |
| Кофейный напиток | 200 | 63,01 | 1,40 | 1,20 | 11,40 | 0,30 |
| | 410 | 393,97 | 10,64 | 10,00 | 63,70 | 0,66 |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Яблоко | 100 | 44,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 7,00 |
| | 100 | 44,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 7,00 |
| Обед | | | | | | |
| Суп-пюре из разных овощей | 180 | 59,76 | 2,09 | 3,38 | 5,22 | 2,34 |
| Гренки из пшеничного хлеба | 20 | | | | | |
| Жаркое по-домашнему(С) | 170 | 260,95 | 15,98 | 12,16 | 21,93 | 12,75 |
| 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 | |
| | 600 | 499,31 | 22,61 | 16,38 | 65,29 | 15,27 |
| Полдник | | | | | | |
| Печенье | 50 | 207,50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | |
| Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 30,00 | | | 7,50 | |
| | 250 | 237,51 | 3,75 | 4,90 | 44,70 | 0,00 |
| Ужин | | | | | | |
| Каша перловая рассыпчатая | 150 | 179,28 | 4,29 | 4,69 | 29,99 | |
| Котлеты или биточки рыбные | 70 | 74,00 | 9,00 | 1,10 | 7,00 | |
| Соус томатный | 25 | 432,50 | 7,91 | 27,34 | 38,34 | 9,16 |
| Чай с сахаром | 180 | 34,20 | 0,18 | 0,09 | 8,37 | |
| Хлеб пшеничный | 25 | 117,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | |
| | 450 | 836,98 | 25,18 | 33,61 | 108,30 | 9,16 |
| Всего за день | 1810 | 2011,76 | 62,58 | 65,29 | 291,78 | 32,09 |

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова