

Ежедневное меню на 07.02.2025г.

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