

Ежедневное меню на 21.03.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

3-7 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 3-7	Каша овсяная вязкая	180	7,14	8,46	29,64	225
	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6
	Хлеб пшеничный	30	3,07	0,9	19,2	78,62
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	66
Итого за Завтрак 3-7		400	13,26	19,24	61,39	454,22
2 Завтрак 3-7	Сок яблочный	100	0,5		9,1	38
	Итого за 2 Завтрак 3-7		100	0,50	0,00	9,10
Обед 3-7	Суп картофельный с крупой	200	2,41	4,02	11,94	78,2
	Голубцы ленивые	180	19,80	22,32	10,90	311,40
	Соус сметанный	20	0,3	1,87	3,48	19,94
	Компот из смеси	180	0,55		32,0	130,1
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103
Итого за Обед 3-7		630	27,06	28,96	78,34	642,61
Полдник 3-7	Кефир	200	5,8	5	8	101
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,5
Итого за Полдник 3-7		250	9,55	6,45	33,70	231,50
Ужин 3-7	Макаронные изделия	200	7,40	6,60	42,00	246
	Огурцы соленые (порциями)	30	1,2	0,15	3,55	16,5
	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	52,2
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141
Итого за Ужин 3-7		460	12,58	7,24	78,52	455,70
Итого за день		1 840	62,95	61,89	261,05	1 822,03

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова