

Ежедневное меню на 24.03.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

1-3 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|-----------------------------|-------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак 1-3 | Каша манная молочная | 150 | 4,55 | 4,83 | 22,85 | 152,92 |
| | Какао с молоком | 150 | 2,47 | 2,17 | 10,35 | 70,50 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 4,09 | 1,20 | 25,6 | 104,82 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,10 | 8,30 | 0,1 | 75 |
| Итого за Завтрак 1-3 | | 350 | 11,21 | 16,50 | 58,90 | 403,24 |
| 2 Завтрак 1-3 | Сок яблочный | 100 | 0,5 | | 9,1 | 38 |
| | Итого за 2 Завтрак 1-3 | | 100 | 0,5 | | 9,1 |
| Обед 1-3 | Суп картофельный с | 150 | 4,5 | 9,32 | 16,20 | 115,03 |
| | Макаронные изделия | 110 | 4,07 | 3,63 | 21,67 | 135,3 |
| | Птица в соусе с томатом | 50 | 4,75 | 5,53 | 1,10 | 73,21 |
| | Компот из смеси | 150 | 0,45 | | 26,7 | 108,4 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0,50 | 12,03 | 62 |
| Итого за Обед 1-3 | | 490 | 16,17 | 18,98 | 77,66 | 378,72 |
| Полдник 1-3 | Чай с молоком | 150 | 1,0 | 1,0 | 8,6 | 48 |
| | Батон | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,3 |
| | Повидло, джем, варенье | 20 | 0,08 | | 13 | 52,4 |
| Итого за Полдник 1-3 | | 200 | 3,33 | 1,84 | 37,04 | 178,70 |
| Ужин 1-3 | Сырники из творога | 140 | 22,12 | 9,42 | 25,06 | 254,8 |
| | Кисель | 40 | | | 3,00 | 12,00 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0,09 | 8,37 | 52,2 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 4,09 | 1,20 | 25,6 | 104,82 |
| Итого за Ужин 1-3 | | 400 | 26,39 | 10,71 | 62,03 | 423,82 |
| Итого за день | | 1 540 | 57,60 | 48,03 | 244,73 | 1 422,48 |

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова