

Ежедневное меню на 16.04.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

3-7 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 3-7						
	Каша манная молочная	180	9,16	10,69	31,71	258,09
	Кофейный напиток с молоком	180	1,3	1,3	14	92
	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	13,61	20,16	65,04	494,71
2 Завтрак 3-7						
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за 2 Завтрак 3-7		100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед 3-7						
	Свекольник	180	4,80	6,1	7,60	94,43
	Каша гречневая вязкая	150	6,53	11,62	23,56	170,78
	Олядьи из печени по-кунцевски	70	14,90	7,7	9,80	141,1
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,55		32,0	130,1
	Хлеб ржаной	30	2	0,50	12,03	62
Итого за Обед 3-7		610	29,18	25,92	84,96	598,18
Полдник 3-7						
	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	52,2
	Ватрушки с повидлом	70	3,26	1,30	32,4	154,90
Итого за Полдник 3-7		250	3,44	1,39	40,80	207,10
Ужин 3-7						
	Рагу из овощей	200	4,4	11,88	27,5	236,27
	Кисель	200	0,16	0,07	25,7	97,7
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141
Итого за Ужин 3-7		450	8,36	12,35	77,80	474,97
Итого за день		1 810	54,99	60,22	278,40	1 818,96

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова