

Ежедневное меню на 18.04.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

3-7 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 3-7						
	Каша овсяная вязкая молочная	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	38,00
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 сухофруктов	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 отварные с сыром	200	7,40	6,60	42,00	246
	Огурцы соленные (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

Handwritten signature

А.Я.Мансурова