

Ежедневное меню на 21.04.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

3-7 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 3-7						
	Каша манная молочная жидкая	180	5,46	5,80	27,43	183,51
	Какао с молоком	180	3,0	2,6	12,42	84,60
	Хлеб пшеничный	30	3,07	0,9	19,2	78,62
	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого за Завтрак 3-7		400	11,60	17,61	59,15	421,73
2 Завтрак 3-7						
	Сок яблочный	100	0,5		9,1	38
Итого за 2 Завтрак 3-7		100	0,5		9,1	38
Обед 3-7						
	Суп картофельный с горохом и гречками	200	6,0	3,10	21,60	253,38
	Макаронные изделия отварные	150	5,55	7,95	29,55	284,5
	Птица в соусе с томатом	70	6,65	7,75	1,55	142,50
	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		650	22,75	19,55	104,72	660,07
Полдник 3-7						
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,3
	Повидло, джем, варенье	20	0,08		13	82,4
Итого за Полдник 3-7		250	3,93	2,17	39,92	224,70
Ужин 3-7						
	Сырники из творога	160	25,28	20,48	28,64	291,2
	Кисель	40			3,00	12,00
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29
Итого за Ужин 3-7		450	29,43	21,08	61,99	460,49
Итого за день		1 850	68,21	60,41	274,88	1 804,99

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова