

Ежедневное меню на 23.05.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

3-7 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 3-7						
	Каша пшеничная вязкая	180	7,38	5,8	34,19	216,47
	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	13,50	16,58	65,94	445,69
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 крестьянский с крупой	200	8,44	20,8	31,24	333,6
	Пюре картофельное	130	3,51	7,2	8,54	91
	Печень говяжья по-	70	10,65	6,58	9,32	135,1
	Компот из смеси	180	0,55		32,0	130,1
	Хлеб ржаной	30	2	0,50	12,03	62
Итого за Обед 3-7		610	25,55	35,08	93,10	751,57
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						
	Капуста тушеная	200	7,5	11,8	26,59	138
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141
Итого за Ужин 3-7		450	12,90	13,50	62,69	343,00
Итого за день		1 810	62,00	71,61	264,53	1 809,76

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова