

# Ежедневное меню на 01.07.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

1-3 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи             | Наименование блюда       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------------|--------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                        |                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак 1-3            |                          |           |                  |       |          |                         |
|                        | Каша вязкая ячневая      | 150       | 5,30             | 4,85  | 24,23    | 161,8                   |
|                        | Чай с молоком            | 150       | 1,0              | 1,0   | 8,6      | 48                      |
|                        | Хлеб пшеничный           | 40        | 4,09             | 1,20  | 25,6     | 104,82                  |
|                        | Сыр голландский          | 10        | 2,6              | 2,68  |          | 35                      |
| Итого за Завтрак 1-3   |                          | 350       | 12,99            | 9,70  | 58,45    | 349,98                  |
| 2 Завтрак 1-3          |                          |           |                  |       |          |                         |
|                        | Фрукты                   | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 44                      |
| Итого за 2 Завтрак 1-3 |                          | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 44                      |
| Обед 1-3               |                          |           |                  |       |          |                         |
|                        | Суп вермишелевый на      | 150       | 3,04             | 3,1   | 18,3     | 93,64                   |
|                        | Пюре картофельное        | 110       | 4,97             | 7,4   | 6,38     | 77                      |
|                        | Котлеты или биточки      | 50        | 6                | 0,8   | 5        | 53                      |
|                        | 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       | 17,28            | 11,75 | 68,37    | 393,70                  |
| Полдник 1-3            |                          |           |                  |       |          |                         |
|                        | Чай с молоком            | 150       | 1,0              | 1,0   | 8,6      | 48                      |
|                        | Вафли                    | 50        | 1,95             | 7,3   | 31,25    | 270,5                   |
| Итого за Полдник 1-3   |                          | 200       | 2,95             | 8,27  | 39,87    | 318,50                  |
| Ужин 1-3               |                          |           |                  |       |          |                         |
|                        | Салат из свеклы отварной | 30        | 0,4              | 6,03  | 2,3      | 27,3                    |
|                        | Каша гречневая вязкая    | 150       | 4,53             | 9,62  | 23,56    | 170,78                  |
|                        | 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       | 9,22             | 16,94 | 59,81    | 355,10                  |
| Итого за день          |                          | 1 540     | 42,84            | 47,06 | 236,30   | 1 461,28                |

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

*Handwritten signature in blue ink.*

А.Я.Мансурова