

# Ежедневное меню на 10.07.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

3-7 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 2

День: четверг

| Прием пищи             | Наименование блюда    | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------------|-----------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                        |                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак 3-7            |                       |           |                  |       |          |                         |
|                        | Суп молочный с        | 180       | 5,18             | 13,83 | 27,73    | 164,18                  |
|                        | Какао с молоком       | 180       | 3,78             | 3,26  | 15,55    | 106,8                   |
|                        | Хлеб пшеничный        | 30        | 3,07             | 0,9   | 19,2     | 78,62                   |
|                        | Сыр голландский       | 10        | 2,6              | 2,68  |          | 35                      |
| Итого за Завтрак 3-7   |                       | 400       | 14,63            | 20,67 | 62,48    | 384,60                  |
| 2 Завтрак 3-7          |                       |           |                  |       |          |                         |
|                        | Сок фруктовый         | 100       | 0,5              | 0,1   | 10,1     | 43                      |
| Итого за 2 Завтрак 3-7 |                       | 100       | 0,50             | 0,10  | 10,10    | 43,00                   |
| Обед 3-7               |                       |           |                  |       |          |                         |
|                        | Суп картофельный с    | 200       | 5,12             | 5,80  | 7,56     | 109,00                  |
|                        | Макаронные изделия    | 130       | 4,81             | 6,29  | 25,61    | 179,9                   |
|                        | Котлета из птицы (Л)  | 70        | 14,00            | 15,60 | 7,50     | 199,00                  |
|                        | Соус томатный м/р     | 20        | 0,2              | 0,7   | 1        | 10                      |
|                        | Компот из смеси       | 180       | 0,55             |       | 32,0     | 130,1                   |
|                        | Хлеб ржаной           | 50        | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                     |
| Итого за Обед 3-7      |                       | 650       | 28,67            | 29,10 | 93,61    | 731,35                  |
| Полдник 3-7            |                       |           |                  |       |          |                         |
|                        | Кисель из концентрата | 200       |                  |       | 15,0     | 60                      |
|                        | Печенье               | 50        | 3,75             | 4,9   | 31,2     | 207,5                   |
| Итого за Полдник 3-7   |                       | 250       | 3,75             | 4,90  | 46,20    | 267,50                  |
| Ужин 3-7               |                       |           |                  |       |          |                         |
|                        | Каша рисовая вязкая   | 200       | 3,02             | 5,96  | 32,47    | 194,66                  |
|                        | Чай с сахаром         | 200       | 0,2              | 0,1   | 9,3      | 38                      |
|                        | Хлеб пшеничный        | 50        | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     |
| Итого за Ужин 3-7      |                       | 450       | 7,02             | 6,46  | 66,37    | 373,66                  |
| Итого за день          |                       | 1 850     | 54,57            | 61,23 | 278,76   | 1 800,11                |

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова