

Ежедневное меню на 21.07.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

3-7 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 3-7						
	Каша пшениная вязкая	180	7,38	5,8	33,19	215,47
	Какао с молоком	180	3,78	3,26	15,55	106,8
	Хлеб пшеничный	30	3,07	0,9	19,2	78,62
	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого за Завтрак 3-7		400	14,33	18,26	68,04	475,89
2 Завтрак 3-7						
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за 2 Завтрак 3-7		100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед 3-7						
	Рассольник ленинградский	200	8,65	17,06	6,94	182,8
	Плов из птицы	170	10,5	7	21,08	189,55
	Компот из смеси	180	0,55		32,0	130,1
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103
Итого за Обед 3-7		600	23,66	24,78	80,04	605,42
Полдник 3-7						
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,3
	Повидло, джем, варенье	20	0,08		13	52,4
Итого за Полдник 3-7		250	2,53	0,97	37,72	168,70
Ужин 3-7						
	Запеканка из творога	150	10,85	11,55	22,5	291
	Молоко сгущенное	50	3,6	4,25	27,8	164
	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	18,60	16,40	80,60	611,79
Итого за день		1 800	59,52	60,81	276,20	1 905,80

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова