

Ежедневное меню на 22.07.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

1-3 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1-3						
	Каша "Дружба"	150	3,90	4,95	20,70	226,28
	Чай с сахаром	150	0,2	0,1	7,0	29
	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	10,74	8,90	53,27	394,60
2 Завтрак 1-3						
	Сок яблочный	100	0,5		9,1	38
Итого за 2 Завтрак 1-3		100	0,50	0,00	9,10	38,00
Обед 1-3						
	Суп вермишелевый на	150	2,04	3,1	18,3	93,64
	Пюре картофельное	110	2,97	4,4	6,38	77
	Рыба, тушеная в томате с	50	4,89	0,82	2,39	36,8
	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	12,75	8,79	65,76	377,63
Полдник 1-3						
	Чай с молоком	150	1,2	1,0	8,6	48
	Вафли	50	1,95	7,3	31,25	270,5
Итого за Полдник 1-3		200	3,15	8,27	39,87	318,50
Ужин 1-3						
	Омлет натуральный	150	12,92	19,62	3,23	240,00
	Салат "Здоровье"	50	0,75	2,57	3,57	40,00
	Чай с сахаром	150	0,2	0,1	7,0	29
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141
Итого за Ужин 1-3		400	17,62	22,66	38,37	449,50
Итого за день		1 540	44,76	48,62	206,37	1 578,23

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова