

Ежедневное меню на 22.07.25г.

ООО "Гурман"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

3-7 лет

Меню приготавливаемых блюд

сезон: весна-лето

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 3-7						
	Каша "Дружба"	180	4,68	5,94	24,84	271,54
	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	52,2
	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	10,53	9,61	52,41	437,36
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 вермишелевый на	200	6,73	8,1	34,4	144,86
	Пюре картофельное	130	5,51	9,2	28,54	98,0
	Рыба, тушеная в томате с	70	6,85	1,15	3,35	71,5
	Компот из смеси	180	0,55		42,0	130,1
	Хлеб ржаной	30	2	0,50	12,03	62
Итого за Обед 3-7		610	22,04	18,95	120,29	506,23
Полдник 3-7						
	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00
	Вафли	50	1,95	7,3	31,25	270,5
Итого за Полдник 3-7		250	3,55	8,60	42,75	334,50
Ужин 3-7						
	Омлет натуральный	150	12,92	19,62	3,23	240,00
	Салат "Здоровье"	70	1,06	3,61	5,01	56,00
	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	52,2
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141
Итого за Ужин 3-7		450	17,96	23,72	41,21	489,20
Итого за день		1 810	54,58	60,88	265,76	1 805,29

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова