

## Ежедневное меню на 04.08.25г.

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	
<b>Завтрак 3-7</b>	Каша пшеничная 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
<b>Итого за Завтрак 3-7</b>		<b>400</b>	<b>14,33</b>	<b>18,26</b>	<b>68,04</b>	<b>475,89</b>
<b>2 Завтрак 3-7</b>	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	44
	<b>Итого за 2 Завтрак 3-7</b>		<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>
<b>Обед 3-7</b>	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
<b>Итого за Обед 3-7</b>		<b>600</b>	<b>23,66</b>	<b>24,78</b>	<b>80,04</b>	<b>605,42</b>
<b>Полдник 3-7</b>	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
<b>Итого за Полдник 3-7</b>		<b>250</b>	<b>2,53</b>	<b>0,97</b>	<b>37,72</b>	<b>168,70</b>
<b>Ужин 3-7</b>	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
<b>Итого за Ужин 3-7</b>		<b>450</b>	<b>18,60</b>	<b>16,40</b>	<b>80,60</b>	<b>611,79</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 800</b>	<b>59,52</b>	<b>60,81</b>	<b>276,20</b>	<b>1 905,80</b>

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова