

Ежедневное меню на 01.10.2025г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима

3-7 лет

День: среда

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюда	Выход (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамин С (мг)
			Б	Ж	У	С
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	180	144,18	5,18	5,83	17,73	0,81
Хлеб пшеничный	30	140,40	4,56	0,48	29,52	
Масло сливочное (порциями)	10	66,10	0,08	7,26	0,14	
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
	400	384,88	10,00	13,66	55,76	0,81
Второй завтрак						
Сок фруктовый	150	64,50	0,75	0,15	15,15	3,00
	150	64,50	0,75	0,15	15,15	3,00
Обед						
Рассольник ленинградский	180	164,52	10,49	10,85	6,25	3,64
Каша рисовая рассыпчатая	130	176,00	3,10	4,06	31,76	
Запеканка из печени	70	168,88	17,06	8,23	6,65	3,50
Компот из смеси сухофруктов	180	75,60	0,54	0,09	18,09	0,18
Хлеб ржаной	50	103,00	4,00	0,75	20,05	
	610	688,00	35,19	23,98	82,80	7,32
Полдник						
Снежок	200	166,00	5,20	6,40	22,00	
Батон	50	130,50	3,75	1,45	25,70	
	250	296,50	8,95	7,85	47,70	0,00
Ужин						
Рагу из овощей и мяса	220	254,32	14,96	14,96	14,96	6,34
Чай с сахаром	200	38,00	0,20	0,10	9,30	
Хлеб пшеничный	30	140,40	4,56	0,48	29,52	
	450	432,72	19,72	15,54	53,78	6,34
Всего за день	1860	1866,60	74,61	61,18	255,19	17,47

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

А.Я.Мансурова