

Ежедневное меню на 29.10.25г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима

1-3 года

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	150	120,15	4,32	4,86	14,78	0,68
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
Масло сливочное (порциями)	5	33,05	0,04	3,63	0,07	
	360	304,40	8,34	8,98	47,82	0,68
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	150	137,10	8,74	9,05	5,21	3,03
Каша рисовая рассыпчатая	110	148,92	2,62	3,44	26,88	
Запеканка из печени	50	120,63	12,19	5,88	4,75	2,50
Компот из смеси сухофруктов	180	75,60	0,54	0,09	18,09	0,18
Хлеб ржаной	40	82,40	3,20	0,60	16,04	
	530	564,65	27,29	19,06	70,97	5,71
Полдник						
Снежок	150	124,50	3,90	4,80	16,50	
Батон	50	130,50	3,75	1,45	25,70	
	200	255,00	7,65	6,25	42,20	0,00
Ужин						
Рагу из овощей и мяса	200	231,20	13,60	13,60	13,60	5,76
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
	405	382,40	17,58	14,09	46,57	5,76
Всего за день	1645	1570,95	61,61	48,53	222,71	15,15

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова